

جامعة مؤتة

عمادة الدراسات العليا

العلاقة بين درجة الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى الطلبة العاديين والمتفوقين وأثرها على التحصيل في المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية

إعداد الطالب

زويد بن عقايل مناع السويلمي

إشراف

الأستاذ الدكتور عماد عبد الرحيم الزغول

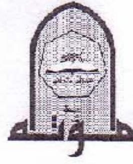
رسالة مقدمة إلى عمادة الدراسات العليا

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير

في علم النفس التربوي قسم علم النفس

جامعة مؤتة، 2010م

بسم الله الرحمن الرحيم



MUTAH UNIVERSITY | جامعة مؤتة

Deanship of Graduate Studies | عمادة الدراسات العليا

نموذج رقم (14)

قرار إجازة رسالة جامعية

تقرر إجازة الرسالة المقدمة من الطالب زويد عقايل السويلمي الموسومة بـــ:

العلاقة بين درجة الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى الطلبة العاديين والمتفوقين وأثرها على التحصيل في المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في علم النفس التربوي.

القسم: علم النفس.

	التوقيع	التاريخ	
أ.د. عماد عبدالرحيم الزغول		2010/10/25	مشرفاً ورئيساً
د. ساري سليم سواقد		2010/10/25	عضواً
د. فؤاد طه طلافحة		2010/10/25	عضواً
د. أحمد الزعبي		2010/10/25	عضواً



/عميد الدراسات العليا

أ.د. صالح الكساسبة

MUTAH-KARAK-JORDAN
Postal Code: 61710
TEL :03/2372380-99
Ext. 5328-5330
FAX:03/ 2375694
e-mail: dgs@mutah.edu.jo sedgs@mutah.edu.jo
http://www.mutah.edu.jo/gradest/derasat.htm

مؤته – الكرك – الأردن
الرمز البريدي :61710
تلفون :03/2372380-99
فرعي 5328-5330
فاكس 03/2 375694
البريد الالكتروني
الصفحة الالكترونية

الإهداء

إلى من ترفع أكفها دوماً إلى السماء وتدعو لي في السر والخفاء

إليك والدتي يا رمز الحب والعطاء...

إليك زوجتي يا من! تحملت كل البعد والعناء...

إليكم جميع الأبناء (ناصر، راكان، زيد، سديم، ملاذ).

إلى الشقيقات والأشقّاء...

إلى جميع أصدقائي الأوفياء...

أُهدي إليكم هذا الجهد وأملي منكم لنا بالدعاء...

زويد بن عقايل مناع السويلمي

الشكر والتقدير

يشرفني أن أتقدم إلى أُستاذي القدير سعادة الأُستاذ دكتور /عماد عبـدالرحيم الزغول، والذي كان له الدور الفاعل في إنجاز هذا العمل وإخراجه بأفضل صورة، والذي صبر على تقصيري، وتحمل تأخيري، ومنحني من وقته الكثير، ومن علمـه الغزير، بكل ودٍ وتقدير، ولم يكن ذلك إلا لسمو أخلاقه ورحابة صدره، فشكراً لـك كل الشكر أُستاذي وقدوتي. ولا يسعني إلا إن أقدم جزيل الشكر والعرفان لأعـضاء لجنة المناقشة الدكتور فؤاد الطلافحة والدكتور ساري سواقد والدكتور احمد الزعبي لتفضلهم بقبول مناقشة هذا العمل وإثراءه, وقد كان لتوجيهاتهم الأثر البالغ في إثراء هذا العمل.

زويد بن عقايل مناع السويلمي

فهرس المحتويات

قائمة الجداول

قائمة الملاحق

الملخص

العلاقة بين درجة الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى الطلبة العاديين والمتفوقين وأثرهما على التحصيل في المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية

زويد عقايل مناع السويلمي

جامعة مؤتة, 2010

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى مركز الضبط الخارجي والثقة بالنفس والعلاقة بينهما وأثرهما في التحصيل لدى الطلبة المتفوقين دراسياً والعاديين في المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية بالمملكة العربية السعودية, ولتحقيق هدف الدراسة تم استخدام مقياس روتر لمركز الضبط ومقياس الثقة بالنفس, وتم الحصول على علامات الطلاب في نهاية الفصل الدراسي الأول لقياس التحصيل. طبقت الدراسة على عينة عشوائية تكونت من(352) طالباً. وخلصت الدراسة إلى مجموعة من النتائج أهمها: أن غالبية الطلاب هم من ذوي مركز الضبط الخارجي, وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \le 0.05$) في درجة الثقة بالنفس بين الطلبة المتفوقين دراسياً والعاديين, ولصالح الطلبة المتفوقين, أي أن الطلبة المتفوقين أكثر ثقة بالنفس من الطلبة العاديين, وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \le 0.05$) في مستوى مركز الضبط الخارجي بين الطلبة المتفوقين دراسياً والعاديين ولصالح الطلبة العاديين, أي أن الطلبة العاديين أعلى في مركز الضبط الخارجي من الطلبة المتفوقين. كما وأشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة($\alpha \le 0.01$) بين مركز الضبط الخارجي والثقة بالنفس لدى الطلبة المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين, ووجود علاقة عكسية بين مركز الضبط الخارجي والتحصيل, أي أن ذوي مركز الضبط الداخلي أفضل تحصيلاً من ذوي الضبط الخارجي, ووجود علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس والتحصيل, أي أنه كلما ازدادت الثقة بالنفس ارتفع التحصيل. ومن أهم نتائج هذه الدراسة أهمية الثقة بالنفس، ومركز الضبط، وضرورة التركيز على البرامج التدريبية التي تزرع الثقة بالنفس والاستفادة من ذوي مركز الضبط الداخلي.

Abstract

Study Title : Relationship between self confidence and locus of control among talented and normal students of intermediate school in province of Ar. Ar. In The Kingdom of Saudi Arabia.

Zwaid Aqael ALsweelmi

Mu'tah University, 2010

The purpose of this study is to investigate the relation between sefl – confidence and Locus of control, and their effects on the achievement of normal and excellent students. The sample consisted of (352) students randomly selected from intermediate schools in Ar- Ar. The research applied " Roter Scale" for measuring locus of control . Another scale was used for measuring self – confiedence methodology & procedure .

The researcher has base on using descriptive method, and the measures were applied to all members of the random sample. AT the end of the first term, the research collected the scores of the achievement.

The findings of this study supported the r5esult of many previous studies, which can be summarized in the following :

The majority of the samples individuals were found to be from the external Locus of control.

There were significant statistical differences in self – confidence for the sample students (the excelled & un excelled) infavour of the excelled students. This means that the excellent students have higher self confidence than the normal group.

There were significant statistical difference at the level (0.05) in the Locus of control infavour of the normal individuals. this means that the normal students have higher Locus of control than the excellent group .

The findings indicated that there were significant statistical reversible relation at the level (0.01) between locus of control and self – confidence for both excelled and unexcelled students.

Also it was found reversible relation between Locus of control & achievement. This means that students with internal Locus of control were more better in achievement than the external students.

Also there were positive relation between self confidence and achievement, which means that when every self confidence is increased achievement will increase.

At the end the research shed light upon the importance of constructing training Programs for developing self – confidence & Locus of control to make use and benefit from students of internal Locus of control.

الفصل الأول

خلفية الدراسة وأهميتها

1.1 مقدمة:

الحمد رب العالمين، الحمد الذي خلق الإنسان ولم يك شيئا مـذكورا، خلقه من نطفة فإذا هو خصيم مبين، خلقه ضعيفا ثم يشتد عوده ويقوى، ثم يعود ضعيفاً كما بدأ، الحمد القائل} : اللَّه الَّذِي خَلَقَكُم مِن ضعفٍ ثُمّ جعلَ مِن بعدِ ضعفٍ قُوّةً ثُمّ جعلَ مِن بعدِ قُوّةٍ ضعفًا وشَيبةً يخْلُقُ ما يشَاء وهو الْعلِيم الْقَدِير{) (54) (سورة الروم) إن هذا المخلوق الضعيف يعد مثالاً واضحاً على قدرة ا سبحانه وتعالى في الخلـق والتقدير، فإلى جانب الضعف الظاهر من كافة الجوانب غرس فـي هـذا الإنـسان الضعيف أسباب القوة والتطور والتحسن، فتحول من حالٍ إلى حالٍ آخـر، ويـصبح عالما بعد جهل، وفاعلاً بعد خمول، ومتحركاً بعد سكون، فتبارك ا أحسن الخـالقين (علاونة، 2009).

وا سبحانه وتعالى زود هذا المخلوق، بجميع مقومات الحياة، ليصبح قـادرا على العيش والتكيف في هذا الكون ويستطيع تحقيق التوازن الاجتماعي والانفعـالي والمعرفي والجسمي .

ومن مقومات الحياة التي اهتمت بها جميع الأديان السماوية النفس الإنـسانية وهي كيان الإنسان وشخصيته، بكل ما تحتويه من سلبيات وإيجابيات، وتعد الشخصية الإنسانية والكشف عن مكوناتها المختلفة، وطرق تفاعل هذه المكونات فيمـا بينهـا، وطرق تفاعل الشخصية مع الشخصيات الأخرى، وتأثيره في ا المجال الذي توجـد فيه من المواضيع المهمة في علم النفس (أبو الحجاج، 2007).

وتتكُون الشخصية لدى الفرد منذ الطفولة ولا سيما السنوات الأولى من العمر، وتمر بمراحل متتالية ومتعددة ومتداخلة، تعتمد الواحدة منها على الأخرى، فالسنوات الأولى من حياة الفرد تعد فترة حرجة ومهمة في تكوين شخصيته وتوجـه سـلوكه، ففي مرحلة الطفولة يظهر الأثر الكبير والدور البارز لأسـاليب التنـشئة المختلفـة والتعاملات الاجتماعية والمعايير الأخلاقية والخبرات التي يتعرض لها الطفـل فـي

تكون سماته الشخصية وفي بنائه النفسي، ومفهومه لذاتـه وقدرتـه علـى تحقيـق النجاح(العنزي، 2003).

ومن أهم السمات الانفعالية التي تكتسبها الشخصية في البيئة الاجتماعية التي تعيش فيها وتتفاعل معها الثقة بالنفس، فالثقة بالنفس من الركائز الأساسية في تحقيـق التوافق النفسي والاجتماعي السليم، ومما يدلل على ذلك أن الكثير من الدراسات التي اهتمت بموضوع الثقة بالنفس في هذا العصر من حيث الدراسة والبحث والتحليل من أجل رفع مستوى الثقة لدى الأفراد، فقد عرفت (ناصيف، 1993) الثقة بالنفس بأنها " اتجاه الفرد نحو ذاته، ونحو بيئته الاجتماعية، وينعكس في سلوكه، وقدرته على تحقيق حاجاته ومواجهة متطلبات الحياة المختلفة."

يعرفها (العنزي، 2001) أيضاً بأنها " قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات توافقية تجاه المثيرات التي تواجهه، وإدراكه تقبل الآخرين له، وتقبله لذاتـه بدرجـة مرتفعة".

وفي هذا الصدد يشير (بنكر) (Bunker, 1991) في دراسته إلى أهمية بناء وتنمية الثقة بالنفس لدى الطفل منذ مرحلة الطفولة المبكرة والمراحل اللاحقة لما لذلك من أثر في مساعدة الفرد على التكيف وتحسين مستوى أدائه في كافة المجالات، حيث توصلت دراسات منها دراسة جست وهامريك Gesit, (Hamrick) إلـى وجـود ارتباط موجب بين الثقة بالنفس وحسن التوافق والصحة النفسية والأداء.

وبما أن الثقة بالنفس ذات أهمية بالغة في حياة الأفراد، فتسعى الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى الطلبـة المتفـوقين دراسـياً والعاديين، وكذلك التعرف على مصدر مركز الضبط لكل فئة، كونه يعد متغيراً مهماً في الشخصية وهو متنبىء لتفسير السلوك الإنساني في المواقف التربوية والاجتماعية المختلفة.

ولقد طور (Rotter) مفهوم مركز الضبط من خلال نظريته للتعلم الاجتماعي، وعمل على تصنيف الأفراد بناء على مصدر مركز الضبط" نوعية التعزيز" إلـى نوعين : أصحاب مركز الضبط الخارجي مركز الضبط الداخلي، فعندها يدرك الفرد أن الأحداث لا تتوقف على سلوكه الخاص، فيما تعتمد على الحظ أو القدر فـإن هـذا

الفرد لديه اعتقاد في مركز الضبط الخارجي، أما إذا أدرك الفرد أن الأحداث تتوقف على سلوكه الخاص وإلى عوامل تتعلق بشخصيته مثل الذكاء أو المهارة، فإن هذا الفرد لديه اعتقاد في مركز الضبط الداخلي، هذا ويعتبر مركز الضبط حجر الزاوية في التكامل النفسي، وبعداً مهماً من أبعاد الشخصية، فهو يحتل مكانة مهمة في الدراسات النفسية، وبينت الكثير من الدراسات أن هناك علاقة بين مركز الضبط والتحصيل الأكاديمي وهناك الكثير من الدراسات التي أشارت إلى أهمية دراسة العلاقة بين مركز الضبط مع متغيرات أخرى ومنها التحصيل مثل (جبريل، 1996).

يتضح ومما سبق إلى أهمية الثقة بالنفس ومركز الضبط في الجوانب الشخصية والتربوية، ومن هنا نشأت فكرة الدراسة الحالية والموسومة بعنوان " العلاقة بين درجة الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى الطلبة العاديين والمتفوقين وأثرها على التحصيل في المرحلة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية".

2.1 مشكلة الدراسة وأسئلتها:

نظراً لأهمية الثقة بالنفس عند الأفراد عامة وعند المراهقين خاصة يلاحظ من خلال العمل في المجال التعليمي تدني مستوى الطلاب في التحصيل الدراسي، وعدم القدرة على حل المشكلات البسيطة التي تواجه البعض منهم بالإضافة إلى وجود مؤشرات بعدم التوافق في الشخصية والتحسن في الأداء وسوء في التكيف، وربما يرجع ذلك في أحد أسبابه إلى نقص في مستوى الثقة لديهم ومما يدلل على ذلك عدم القدرة على التعبير عن ما يجول بخواطرهم والخوف من الوقوف أمام زملائهم والحديث بطلاقة ودون تلعثم ورفع الصوت والمشاركة الفاعلة، كما يلاحظ أن الكثير من المتعلمين يعزون أسباب فشلهم إلى عوامل خارجية تقع خارج قدراتهم وعادةً ما يبررون أسباب هذا الفشل بأسباب قد تبدو غير واقعية ومن هنا بات من المهم دراسة مركز الضبط وعلاقته بالثقة بالنفس. وقد أشارت بعض الدراسات إلى أهمية الثقة بالنفس في التحصيل، ومنها دراسة (العنزي، 2003) التي أشارت إلى أن الثقة بالنفس هي دافع للإنجاز وأما بالنسبة لأهمية مركز الضبط في التحصيل

فهذا ما أشارت إليه ودراسة (بني خالد، 2009). وستحاول هذه الدراسة الإجابة عن الأسئلة التالية:

1- ما مركز الضبط لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلاب العاديين؟

2-هل تختلف درجة الثقة بالنفس بين الطلاب المتفوقين دراسياُ والعاديين؟

3- هل تختلف درجة مركز الضبط الخارجي بـين الطـلاب المتفـوقين دراسـياً والعاديين؟

4- هل هناك علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالـة ($\alpha \leq 0.05$) بين مركز الضبط الخارجي والثقة بالنفس لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلبـة العاديين؟

5- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين مركز الضبط والثقة بالنفس والتحصيل لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين؟

3.1 أهمية الدراسة:

تتضح أهمية الدراسة الحالية من عدة جوانب فهي تتناول متغيرين مهمين جدا من متغيرات الشخصية وهما الثقة بالنفس ومركز الضبط لدى فئتـين مـن الطلبـة المتفوقين والعاديين لذا فإن أهميتها تعود إلى الجوانب التالية:

1-قلة الدراسات التي تناولت هذين المتغيرين في حدود علم الباحث .

2- قد تزودنا نتائجها بحقائق ومعلومات عن الثقة بالنفس ومركز الضبط.

3- تزويد المتخصصين في مجال التربية والتعليم بمعلومات قد تساعد فـي وضـع المناهج المدرسية والأنشطة اللامنهجية، التي من شأنها تساعد في تنمية الثقة بالنفس.

4- معرفة العلاقة بين الثقة بالنفس ومركز الضبط .

5-دراسة المتغيرات لدى الطلبة المتفوقين والعاديين وهذا يفيد في التعامل مع هـذه الفئات وبناء البرامج الخاصة لكل فئة.

4.1 حدود الدراسة:

بما أن الدراسة الحالية تسعى إلى التعرف على(العلاقة بين درجة الثقة بـ النفس ومركز الضبط لدى الطلبة العاديين والمتفوقين وأثرها على التحصيل فـ ي المرحلـ ة المتوسطة في منطقة عرعر التعليمية) لذا فإن نتائج الدراسة تتحدد بعينـ ة الدراسـ ة وهم :الطلاب المتفوقون دراسياً والعاديين في المرحلة المتوسطة في مدينة عرعـ ر والذين يتلقون تعليمهم في المدارس الحكومية ممن تتراوح أعمارهم بين (12- 16) سنة في مدينة عرعر وتتحدد كذلك بالأدوات المستخدمة وهي مقياس الثقـ ة بـ النفس ومقياس مركز الضبط، وكذلك في زمن إجرائها والحيز الجغرافي .

5.1 التعريفات المفاهيمية والإجرائية

الثقة بالنفس:

يعرفها(القواسمة والفرح، 1996) على أنها "سمة شخصية تعبر عن شعور الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة العقبات والظروف المختلفة مستخدماً أقصى ما تنتجه له إمكاناته وقدراته لتحقيق أهدافه المرجوة، وهي مزيج إيجابي مـ ن الفكـ ر والشعور والسلوك الذي يعمل على تشجيع النمو النفسي والسوي والوصول بـ الفرد إلى المستوى المطلوب من الصحة النفسية والتكيف النفسي والاجتماعي"، وتعـ رف إجرائياً على أنها مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الثقة بالنفس المستخدم في الدراسة الحالية.

مركز الضبط :

يشير إلى توقعات الفرد المعممة واعتقاداته حول العلاقة بين سلوكه وبين ما يتبعه من ثواب أو عقاب، وكذلك توقعاته حول مصادر الثواب والعقاب ما إذا كانت داخلية أو خارجية (الشجراوي، 2005). ويعرف إجرائياً بالدرجة التي يحـ صل عليها المفحوص على مقياس مركز الضبط المستخدم في هذه الدراسة.

فئة الضبط الخارجي: ويعرفها (سرحان، 1996) على أنها الفئة التي تشعر أن نتاج سلوكها لا يعتمد على أفعالها ولكن هناك قوى أخرى تسيطر على سلوكها مثل

الحظ، والقدر، وتعرف وإجرائيا بأنها الفئة التي يحصل أفرادها على عشر درجات فأكثر على المقياس المستخدم.

فئة الضبط الداخلي:

ويعرفها (سرحان، 1996) على أنها الفئة التي تشعر أن سلوكها ما هـو إلا نتيجة إرادتها وأفعالها ومسؤولة عما يحدث لها. وتعرف إجرائيا بأنها الفئـة التـي يحصل أفرادها على ست درجات فأقل على المقياس المستخدم.

الطلاب المتفوقون:

في دراسة (العنزي، 2003) يقصد بهم الطلاب الذين يظهرون مـستوى أداء مرتفع في وأحد أو أكثر من المجالات التالية:

قدرة عقلية عامة، أو يكون لديهم استعداد دراسي خاص، أو يتميزون بالتفكير الابتكاري، أو لديهم قدرة على القيادة، أو توجد لديهم فنون مرئية أو حركيـة، أو قدرة نفسية حركية.

وإجرائياً هم الطلاب في المرحلة المتوسطة الذين لا تقل نسبة تحصيلهم الدراسي في نهاية العام الدراسي 1430 /1431 عن (90 %) وهي النسبة التي تمثل تقدير ممتاز وفقا لسلم وتقدير الدرجات المطبق في المدارس المتوسطة في المملكة العربية السعودية .

الطلاب العاديون:

يمكن تعريف الطلاب العاديين بأنهم الحاصلون على تقدير" جيد"في المرحلة المتوسط حسب الأنظمة المتبعة في التعليم في المملكة العربية السعودية .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

1.2 الإطار النظري

مقدمة:

تعد الثقة بالنفس أحد الأسباب الرئيسة في الإبداع و النجاح، وهي عبارة عـن نسيج مركب من صفات عاطفية وروحية تتمثل في : إدراك الذات، وقبولها، والاعتماد عليها، فالفرد عندما يكون واثقاً بنفسه يستطيع أن يعبر عما يشعر به بشكل أفـضل، ولاسيما في المواقف الانفعالية الصعبة التي يشعر فيهـا بالـضيق أو الحـزن أو الغضـب أو الخوف. إن الثقة بالنفس تنمو مع الفرد، حيث تتشكل لديه مع بداية شعور الفرد بذاته عندما يدرك استقلالية جسمه عن البيئة في نهاية السنة الأولى من العمـر، وتتطور مع تطور مفهوم الذات لديه، وتلعب دوراً في تطورها وبلورتها حيث الأحداث البيئية وعمليات التنشئة الاجتماعية، كذلك النجاح والفشل، بالإضافة إلى الخصائص الوراثية جميعها عناصر مهمة في تكوينها(رايان، 2006).

ويلاحظ أن البـعض في هذا العصر يعاني من انخفـاض فـي مـستوى الثقـة بـالنفس، نظراً لما يمتاز به عصرنا من سرعة التغيرات المتلاحقة، وعجز الفرد عن بلوغ أهدافه وطموحاته بالرغم من توفر الإمكانات المادية، ومثل هذا الأمر يولد لديه الشعور بالنقص والدونية، لذا فإن للثقة بالنفس أهمية من الناحية النفسية، والاجتماعية، والانفعالية كونها سبب في الاعتدال والتوازن وعمليات التكيف النفسي والاجتماعي، فشعور الفرد بالاطمئنان ينمي عنده القدرة على الاعتماد على نفسه، ويساعد ذلك في نموه الشخصي، الذي يؤهله لممارسة بعض الخبرات الاستقلالية، ومن هنا يبدأ فـي ممارسة الشعور بالنجاح أو الفشل، وما يتبع ذلك من انفعالات سارة أو غير سـارة، وبقدر التوازن بين خبرات النجاح أو الفشل، تنمو ثقته بنفسه، ويزداد تقديره لذاتـه، ويتوقف ذلك كله على نوع المعاملة التي يلقاها في بيئته الاجتماعية، ونوع الخبـرات التي يتعرض لها ودرجة نضجه الانفعالي(يونس، 1988).

ولا يخفى علينا أن هناك فروقاً فردية في أنماط العزو التي ينسبها الأفراد إلى سلوكاتهم وأفعالهم، والتي لاشك أنها تنعكس في ثقتهم في أنفسهم، في الوقت الذي تتأثر فيه بمفهوم عن أنفسهم، حيث يتباين هؤلاء الأفراد حول مصدر الضبط وأنماط العزو، فمنهم من يرجعها إلى عوامل خارجية، في حين يعتبرها البعض الآخر داخلية وعليه فإن الدراسة الحالية تسعى إلى الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس ومصدر الضبط.

مفهوم الثقة بالنفس

تعد سمة الثقة بالنفس إحدى الخصائص الشخصية الانفعالية المهمة التي تلعب دوراً أساسياً في حياة الأفراد، وفي تحقيق توافقهم النفسي، حيث يشير علماء النفس والباحثون إلى أن الثقة بالنفس تبدأ بالنمو خلال السنوات الأولى من حياة الفرد، وذلك من خلال علاقة الفرد بوالديه، وتحديداً الأم التي تمنح الفرد الرعاية، والاهتمام، والإحساس بالأمان وتعمل على إشباع حاجاته البيولوجية، مما يساعده على تنمية ثقته بالآخرين من حوله(الغامدي، 2009).

وتعد الثقة بالنفس من مظاهر الشخصية السوية، وعنصراً مهماً من عناصر التوافق النفسي والاجتماعي السليم، وهو كغيره من المفاهيم الأخرى، حيث هناك عدم اتفاق في تحديد المصطلح العلمي المتفق عليه من قبل الباحثين، فيطلق عليه بعض الباحثين : تقدير الذات، وبعضهم الآخر السلوك التوكيدي، وغيرهم الكفاية النفسية الاجتماعية ...الخ (العنزي، 2003).

فالثقة بالنفس كما أشار إليها(أسعد، 1989)هي بمثابة موقف يتخذه الشخص من نفسه ومن العالم المحيط به، وهي موقف غير عشوائي، بل هي موقف واع فيه فكر واضح ورؤية جلية للواقع النفسي الخارجي المحيط بالشخص، بما يتضمنه ذلك الواقع من أشياء وموضوعات و أشخاص.

في حين يرى(اللاحق، 2005) أن الثقة بالنفس غاية ينشدها الناس بغض النظر عن الفروق في أجناسهم، وطبقاتهم الاجتماعية، والاقتصادية؛ لأن من يتمتع بها يشعر بالسعادة والرضا، ويسعى إلى التقدم دائماً، فهي تمثل دوراً هاماً في حياة الأفراد، وعامل من عوامل النمو الانفعالي، والاستقرار النفسي، والشعور بالكفاءة،

والقدرة على مواجهة الصعاب، أما ستون؛ وتشيرس (Stone&Church) فيعتقدان أن الثقة بالبيئة والثقة بالنفس يتم اكتسابهما خلال السنوات الأولى من حياة الفـرد وهمـا ركيزتان أساسيتان في نمو الشخصية السوية، وهمـا تنـاظران الإحـساس بـالأمن والإحساس بالاستقلال الذاتي في نمو الشخصية عند أريكسون، كمـا أن نمـو الثقـة بالنفس تمكن الفرد خلال المراحل التالية من أن يستقل عن والديه، ثم أقرانه؛ ليصبح فرداً متكاملاً نفسياً واجتماعياً(أبوعلام، 1978) وينظر إلي الثقة بالنفس على أنهـا قدرة الفرد على أداء استجابات توافقية تجاه المثيرات التي يواجهها، ومدى إدراكـه لتقبل الآخرين له، وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة (العنزي، 2001).

ويعرف شروجر **(Shroyger)** الثقة بالنفس على أنها إدراك الفرد لكفاءتـه، أو مهارته وقدرته على أن يتعامل بفعاليه مع المواقف الاجتماعية، لقـد كـان جليفـود **(Gelleford)** أكثراً وضوحاً في تحديده لمفهوم الثقة بالنفس، فهو يعتبر الثقة بـالنفس عاملاً عاماً، لا يقتصر على مجال السلوك الانفعالي أو الاجتماعي فقط، بل يمثل تجاه الفرد نحو ذاته وبيئته الاجتماعية ويرتبط بميل الفرد إلى الإقدام على البيئة أو التراجع عنها(العنزي، 2003).

أما توماس **(Thomas)** فيرى أن الفرد بدون الثقة بالنفس يمكن أن يفقد الكثير من الفرص بسبب الخوف من المخاطر أو الخوف من العواقب التي تحدث له، ومن بين الحقائق التي يمكن رصدها عن الثقة بالنفس أنها ليست فطرية في الأصل، ولكنهـا مكتسبة وتتفاعل العوامل الوراثية والبيئية معاً في بلورتها(الغامـدي، 2009). إذ إن الثقة بالنفس تنمو مع بداية عمر الطفل وتنمو في السنوات الأولى من حياتـه، وذلـك أثناء ممارسته لقدراته النامية ومحاولته إتقان القدرات، واستغلالها في إشباع حاجاته العضوية، وحاجته إلى الاستقلال، وهذا دليل على النمو النفسي، وانتقاله من الاعتماد الكلي على والديه إلى محاولته الاعتماد على نفسه، ومن الشعور بالضعف والعجز إلى الإحساس بالقدرة والقوة والثقة بالنفس، فللأسرة دور مهم في تعزيز الثقة بالنفس لدى الطفل خلال هذه المرحلة ممثلاً ذلك في أساليب وأنماط متعددة من أسـاليب التنـشئة منها الثناء والإطراء، فضلاً عن المكافآت والتعزيز والتهذيب والتوجيـه والنـصح

الإرشاد في المواقف التي يبدي فيها الطفل اسـتجابات مقبولـة اجتماعيـاً، كمـا أن الخصائص الوراثية مثل الشكل والطول ودرجة الذكاء لاشك أنها تلعب بالتفاعل مـع العوامل البيئية دوراً مهماً في تكوين الثقة بالنفس (العنزي، 2003).

هذا ويمكن للفرد أن يعزز ثقته بنفسه، وذلك من خلال اكتشاف القوة الكامنـة داخلة والاستفادة منها، حيث يرى أنطواني بانيللو مؤلـف الكتـاب الـشهير" قـوة الإرادة"إن كثيراً من الناس يمنعون أنفسهم من النجاح الذي يستحقونه، لأنهم يعتقدون بأنهم ليسوا أذكياء، أو ذوي مظهر جيد، أو لأنهم نحفاء، أو ليسوا أغنياء بالقدر الكافي، ويفسر قائلاً : نحن نخشى الفشل، لكن العلماء يعتقدون أننا نستخدم أقل من أربعة في المائة مما نعرف (العنزي، 2003).

إن ثقة الأطفال بأنفسهم تتيح لهم فرص التعلم والنجاح والتعاون مع الآخـرين ومن أفضل ما يقوي في الطفل الثقة بنفسه هو نجاحه، وشعوره بالنجاح، فإن قام بعمل ونجح فيه فهذا أفضل حافز له على مواصلة العمل بنشاط، لذا يستحسن أن يكلف بعمل أعلى من مستواه، بحيث يتحدى قواه العملية ونشاطها، ويهيء له فرصـة للنجـاح، وبالتالي فرصة احترام نفسه لنجاحه، وهذا هو النشاط الذي يحفز إلى الاستمرار في النشاط بعد ذلك (القوصي، 1981).

وعلاوة على ذلك فإن للثقة بالنفس أهمية بالغة في بناء شخصية الفرد، حيـث يرى العالم ماسلوا (Maslow) إنها إحدى الحاجات الضرورية لنمو شخصية الفـرد السليمة، كون أن تحقيق الذات يحتل قمة هرم الحاجات الإنـسانية حـسب تـصنيف ماسلو، لذلك كان زرع الثقة بالنفس عند الأطفال، وبذل الجهد في ذلك خير مـن أي شيء آخر يقدمه الوالدان لأطفالهم (العريفي، 1416). إذ إن كل من يتوافر لديه قدراً من الثقة بالنفس وبالآخرين، سيكون ذلك له دافعاً لغرس مثل هذا الشعور عند أبنائـه (عدس، 2000).

وفي ضوء ما سبق يمكن تعريف الثقة بالنفس بأنها إيمـان الفـرد بقدراتـه وإمكاناته وقدرته على التكيف مع الحياة والاعتماد على نفسه فـي حـل مـشكلاته وتحقيق أهدافه التي يسعى لتحقيقها.

أهمية الثقة بالنفس:

يرى (أسعد، 1989) أن أهمية الثقة بالنفس تتجلى بالنقاط التالية:

تحقيق التوافق النفسي:

هناك علاقة وثيقة بين كل من الثقة بالنفس الصحة النفسية، وكذلك الإحـساس بالسعادة، فالسعادة حالة من الارتياح النفسي تعتمد وبصفة أساسـية علـى الـشعور بالطمأنينة والرضا، فليس من الممكن أن يشعر فرد ما بالاطمئنان إلا أذا توفرت لـه هذه الثقة؛ والشخص المتوافق نفسياً هو الذي يستمتع بثقته بنفسه، أما غير الواثق من نفسه فيكون غير متوافق نفسيا، وبالتالي يصبح عرضة في أي لحظة للاضـطراب، كما أن الثقة بالنفس تحمي صاحبها من التصرفات العدوانية التي قـد تهـدد صـحته النفسية؛ لأن الصحة النفسية لا تتحقق إلا عن طريق الجهد الدائم، والكفاح المستمر من أجل النمو السوي والتوافق مع المتغيرات الاجتماعية والنفسية المتطورة باستمرار من أجل الحفاظ على مستوى الثقة بالنفس.

استمرار اكتساب الخبرة:

تعمل الثقة بالنفس على توليد الخبرات، ومساعدة الأفراد على اكتسابها؛ حيـث أن من أهم العوامل التي تساعد على اكتساب الخبرات الشعورية والإرادية، إرادة الفرد في اكتسابها والتمرن عليها، إلى جانب تمتعه بقدر معين من الثقة بالنفس، فبغير توافر حد أدنى معين من هذه الثقة لن يستطيع اكتساب أية خبرات جديدة، فالثقـة بـالنفس تتطلب الاستمرار في النضج المعرفي والتطلع إلى المزيد من الخبرات.

النجاح في العمل:

يعد الإيمان بالقدرة على أداء العمل من أهم العوامل المؤدية إلى النجاح فيـه، فالفرد الذي لا يستطيع أن يؤمن بقدرته على الأداء لا يستطيع بدوره أن ينهض بأعباء العمل المطلوب أداؤه منه، فالإحساس بالقصور عن أداء العمل ينتهي به إلى التخاذل، ومن ثم فإنه لا يستطيع أن يبذل الجهد المطلوب الإنجازه حتى وإن بذل جهداً مضاعفاً، إذ لا يكفيه ذلك الجهد الذي يقود لإنجاز العمل، بل يأتي جهده مشتتاً وبعيداً عن الهدف الصحيح، وهنا لا يكفي بأن يكون الفرد ملماً بالعمليات المعرفية وبالمهارات اللازمة لأداء العمل، بل الأهم من ذلك أن يكون مشحوناً بإيمانه بنفسه وبقدرته علـى الأداء، ولكي يكون العمل ناجحاً أيضاً يتطلب ذلك أن يكون القائم به متمتعاً بالاتزان الانفعالي،

حيث أن علاقة الثقة بالنفس بالاتزان الانفعالي هي علاقة وثيقة للغاية، ويمكن القـول بأن الاتزان الانفعالي هو حالة من حالات الثقة بالنفس.

حب الآخرين:

يعد كسب ود الناس وإشعارهم بالمحبة حاجة غريزية لدى الفرد، فبغير هـذا الحب المتبادل لا يستطيع الإحساس بشخصيته الإنسانية، ذلـك أن اكتمـال وجـوده الإنساني والاجتماعي لا يأتي إلا إذا تبادل مع من حوله حباً بحب، فالشخصيات الواثقة من نفسها لا تتخذ من هذا الحب المتبادل وسيلة للاستمتاع الشخصي، ولا تجعل مـن تقصير حب الناس لهم مدعاة للشعور بالألم، فحب الواثـق مـن نفـسه للآخـرين، واستقباله حبهم له يقوم أساساً على احترام الشخصية الإنسانية، حيث أن الثقة بالنفس تستلزم إيمان الشخص بالحب وعدم تسرب روح الكراهية إليه.

مواجهة الصعاب والمشكلات:

إن الحياة لا تسير وفق ما يتمناه الفرد، ولا تسير أمور حياته حسبما رسم في ذهنه، أو على النحو الذي علق به آماله، بل كثيراً ما يحدث عكس ما تخيـل وعلـى نقيض ما توقع وخلافاً لآماله التي علق النفس بها، و هنا تلعب الثقة بالنفس دوراً كبيراً و حاسماً في حياة الفرد من خلال المشكلات التي تعترض طريق حياته والصعاب التي تعرقل تحقيق أهدافه التي رسمها لنفسه، والتي ربط بها آماله وعلق عليها طموحاته، فهي تكسبه قوة الاحتمال، وطاقة يصل بها إلى أهدافه، ولا شـك أن التغلـب علـى الصعاب التي تجابه في الحياة والمواقف الحرجة، والتوصـل إلـى حلـول ناجحـة للمشكلات التي تصادفه في سبيل تحقيق أهدافه بحاجة ماسة إلى قوة احتمال، وإلى ثقة عالية بالنفس يستطيع من خلالها مواجهة الصعاب والتغلب عليهـا والوصـول إلـى الأهداف التي رسمها بكل يسر وسهولة.

مفهوم الذات والثقة بالنفس:

تعد الثقة بالنفس جزءاً من مفهوم الذات وهي جزء رئيسي من مفهوم الفرد لذاته لأن مفهوم الذات يشمـل في معظمـه على ثقة الفـرد بنفسه (العبيـد، 1995).

ويرى كوبر سميث (Cooper Smith) أن تقدير الذات المرتفع يرتبط بالثقـة بالنفس، والمشاركة الاجتماعية، والتوقعات الجيدة حول نتائج السلوك الفـردي، أمـا

تقدير الذات المنخفض فيقترن بالضعف في الثقة بالنفس، والبعـد عـن المـشاركات الاجتماعية(حمود، 2000). وهكذا فإن بناء أو رسم صورة للذات في خيال الطفل هي مهمة صعبة، فهي تحتاج إلى قدر كبير من الثقة بالنفس والواقعية، فإذا نجح الطفل في بناء صورة المخلوق المتميز والمتقدم والمفيد، كانت النتيجة إيجابية ونافعة، وإذا أخفق في ذلك، ظل الطفل أسير الشعور بالنقص والدونية (العظماوي، 1988).

ففي هذا الصدد، بين إريكسون أن الثقة بالنفس تتضمن اتجاهاً ايجابياً نحو الذات والآخرين والعالم المحيط، وإن فقدها يلاحظ في الشعور السلبي، كـالخوف وفقـدان الأمن والشعور بالنقص وزيادة الحساسية (عباس، 1982).

يلعب الآباء والمعلمون المحيطون بالطفل دوراً مهماً في تحديد ذاتـه، وذلـك لتعليمه ماله وما عليه، وما يمكن أن يعمله وما لا يمكنه من خـلال الخبـرات التـي يكتسبها، فعن طريق استخدام أسلوب العقاب والثواب معه يصل إلى إدراك الجوانـب المرغوبة وغير المرغوبة للذات، وبالتالي فإن ذلك يقود إلى اكتساب الوسائل التـي تساعد في تعميق ثقته بنفسه(عدس وتوق، 1997). وبناء على ذلك يمكن تعديل مفهوم الذات السلبي إلى مفهوم إيجابي عن طريق العلاج النفسي مما يؤدي إلى زيادة الثقـة بالنفس، بحيث يصبح الفرد أكثر وعياً، واعتماداً على نفسه فـي تحقيـق حاجاتـه، ومواجهة مشكلاته، وعليه فإن عملية التنشئة الاجتماعية القائمة على اعتماد الطفـل على والديه والحماية الزائدة، تحول دون تحقيق حاجة الفرد إلى اختبـار إمكاناتـه، واكتشاف وتنمية مهاراته، وكيفية التعامل مع الآخرين، والرغبة في استطلاع العـالم الخارجي، وتكوّن لدى الفرد مفهوماً سالباً للذات، مما يجعله أسيراً لعدم الثقة.

وهكذا نجد أن مفهوم الذات يتغير بعمليات النضج والتعلم، حيث مـن الممكـن إحداث تعديل في السلوك عن طريق إحداث تعديل ما في مفهوم الذات، وهذا ما يؤكد أهمية وفعالية العلاج النفسي السلوكي مع الحالات التي تشتكي من ضعف الثقة بالنفس أو تدني مفهوم الذات، إذ إن الثقة بالنفس أحد أبعاد مفهوم الذات (العنزي، 2003).

الثقة بالنفس في مرحلة المراهقة

تبدو الحياة هادئة قبل فترة المراهقة، وما إن تبدأ مرحلة المراهقة حتى تتوالى على المراهق تغيرات كمية قوية وسريعة يصاحبها ارتقاء في الوظـائف النفـسية،

وصراع بين الشعور بالكبر وتحمل المسؤولية وبين أن يظل الفرد طفلاً ينعم بـ الأمن والرعاية وإشباع الحاجات، بالإضافة إلى صراع بين السعي للاستقلال والتحرر ومن تدخلات الأسرة والإذعان للمعايير والقيم الدينية والاجتماعية والصراع بين الـ سلطة الداخلية والخارجية(محمود، 1998).

وللبلوغ تأثيرات على سلوك المراهـ ق ومـ ن هـ ذه التـ أثير تـ ذكر هيرلـ وك (Hurlock) نقصان الثقة بالنفس، فإن الطفل الذي كانت ثقته بنفسه زائدة، وتسيطر عليه مشاعر الزهو والغرور يصبح عند البلوغ أقل ثقة بنفسه، فيشك في قدراته ويشعر بأنه أقل كفاءة من الناحيتين الشخصية والاجتماعية، وقد يختفي هذا الشعور وراء كثير من أنماط العناد التي يبذلها، فرفضه للأعمال والمهام المتوقعة منه، ينشأ من خوفه من العجز كما قد يختفي وراء كثير من التباهي والتفاخر بقدراته، ثم الانـ سحاب عنـ دما يطلب منه أداء المهام والأعمال موضع التباهي، وينشأ معظم الشعور بعدم الثقة لدى المراهقين لسبب أو لأكثر من الأسباب الآتية(صادق وأبو حطب، 1995):

1) مرور المراهق بمرحلة حرجة يواجه من خلالها مواقف جديدة ويتعامل مع معطيات دون أن يكون متأكداً من مدى قدرته على مواجهتها والتفاعل معها بكل إيجابية، إضافة إلى الضغوط الاجتماعية المستمرة عليه، والمزيد مـ ن المسؤوليات والواجبات.
2) عندما يكتشف المراهق عيباً ملفتاً للنظر في نفسه فإنه يشغل بالـ ه كثيـ راً ويصرف نظره عن نقاط قوته.
3) شعور المراهق باليأس عندما يعجز عن الوصول بنفسه أو أعماله إلى مستوى القيم والمعايير المثالية التي يتطلع إليها.
4) شعور المراهق بالنقص الكمي أو الكيفي في إشباع الحاجـ ات الـ ضرورية، وخاصة الحاجات المعرفية والانفعالية مثل الحاجة إلى الاستقلال والنجاح، مما يجعله يشعر بالنقص والصعوبة في أن يثق في نفسه.

وفي ضوء ما سبق، يمكن القول أن مرحلة المراهقة من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد وهي مرحلة شديدة الحساسية للمراهق لكل من يحيط بـ ه، ففـ ي هـ ذه المرحلة، يسعى المراهق إلى الاستقلال وإثبات ذاته ومحاولة التحرر من قيود المجتمع

والأسرة وتقليد الأصدقاء، وتحديد هويته المستقبلية، فهناك بعض الأدوار التي يمكـن أن تقوم بها الأسرة والمجتمع تجاه المراهقين لزيادة ثقتهم بأنفسهم، فلابد أن يسود جو الأسرة والمجتمع المساواة والتعامل مع المراهقين كافة، والعدالة في الرعاية التربوية، وأيضا على الأسرة والمجتمع قبول المراهق على طبيعته الجسمية والعقلية والانفعالية، والتعرف على حقيقة قدراته، ومراعاة الفروق الفردية في جوانب شخصيته، وكـذلك احترام خصوصية المراهق، ومساعدته على الفهم الصحيح للجنس والأسس الأخلاقية والدينية الملازمة له، وفضائل ضبط النفس في مواقف الإثارة الجنسية، وفن التعامل معها، وتقبل آراء المراهق وإن كان فيها بعض الأخطاء، ومحاولة التعديل كل ما أمكن ذلك، وعدم الازدراء والاستهزاء بها، وعدم الإكثار من النقد له، ومحاولـة النقـاش معه، وإعطاءه حرية لإبداء رأيه، وتصحيح مفاهيمه الخاطئة بكل لطـف واحتـرام وتقدير .

مقومات الثقة بالنفس:

هناك مقومات تؤثر في الثقة بالنفس وتعمل على تعزيزها وتجعل منها قـوة لا يقال من أهميتها في بناء شخصية الفرد وفي نموه النفسي وحدوث الاستقرار و الصحة النفسية السليمة، ولعـل أبرزهـا المقومـات الجـسمية، والعقليـة، والاجتماعيـة، والاقتصادية، (أسعد، 1989).

المقومات الجسمية:

إن سلامة جسم الفرد وخلوه من الأمراض المعيقة التي قد تعوقه عن القيام بأداء الأعمال المسندة إليه، أو التي تتطلب منه بذل جهـد معـين لإنجازهـا، والجاذبيـة الشخصية، وبهاء النظر، والقدرة التعبيرية بالحركات، والإشارات مع استخدام نبرات الصوت بما يتناسب مع الموقف الذي يكون فيه الفرد كلها من المقومات الرئيسة التي تعمل على تعزيز ثقة الفرد بنفسه.

المقومات العقلية:

وتشمل المقومات العقلية عناصر مثل قوة الذاكرة، واستعداد الفـرد للـتعلم، واكتساب الخبرات الجديدة التي تمكنه من حل المشكلات التي قد تواجهه وتصادفه في

حياته، والاستفادة من الفرص المتاحة التي تساعده في طلب العلم، والمعرفة، وكل ما يعود عليه بالفائدة، مع توجيه الطاقات المبذولة التوجيه الصحيح، بحيث لا يكون هناك جهد مبذول دون أن يصيب هدفا، أو يعم بالفائدة ليحقق أكبر قدر ممكن من الإنتاجيـة في يسر وسهولة وكل هذا يساعده على بناء ثقته بنفسه.

المقومات الاجتماعية:

إن الفرد لا يعيش في معزل عن المجتمع، بل هو جزء منه، يؤثر فيه ويتأثر به، فالمجتمع يقدم الخبرات والقيم والاتجاهات وغيرها التي تعود بالفائدة على الفرد نفسه، وعلى المجتمع الذي يعيش فيه لتجعل منه إنساناً واثقاً من نفسه يشعر بإنسانيته ويكون قادراً على مواجهة الحياة ومجابهة المستقبل بكل شجاعة وإقدام ليكون عنصراً فعالاً فيه، لكن في بعض الأحيان تكون العلاقة بينهما ليست ثابتة بحيث أنه قد ينحرف عن المجتمع الذي ينشأ فيه، وربما يقف ضده ويقاومه، وعندها يصبح من الصعب عليه التكيف مع المجتمع، وقد يحصل العكس من ذلك حيث يأخذ المجتمع من الفرد موقفاً مضاداً، وبالتالي يصبح هذا الفرد غير مقبول اجتماعياً، وبالتالي سيشعر بعدم ثقته في نفسه، ويكون ذلك سبباً في الانسحاب أو الانعزال عن المجتمع.

المقومات الاقتصادية:

يرتبط المستوى الاقتصادي وتعدد سبل الكسب ارتباطاً وثيقاً بثقة الشخص بنفسه، فكلما زاد دخل الفرد وأصبح قادراً على تلبية احتياجاته، وتحقيق كثير من رغباته، فإن ثقته بنفسه ستزداد، بالإضافة إلى شعوره وإدراكه بمدى اهتمام الناس به، والتفافهم حوله، وتبجيله، والإفساح له في المجالس والأماكن التي ينزل فيها، ومخالطته للمجتمعات ذات المستوى الاقتصادي العالي، كل ذلك سيشعر الفرد بأنه ذو مكانة مميزة مما يعزز ثقته بنفسه.

مؤشرات ومظاهر الثقة بالنفس

يـؤكد علمـاء النفس والتربية أن هناك مؤشرات ومظاهر للثـقة بـالنفس نستطيع من خلالها تمييز الشخص الواثق من نفسه، أو مدى ثقته من عدمها، فالثقـة بالنفس تظهر في إحساس الفرد بثقته بنفسه من الناحية البدنية أو الشخصية أو المهنية

وبقدرته ومهارته وخبراته الجيدة، واتزانه الانفعالي، وتقبله لنفسه وتقبله للآخـرين، وتقبل الآخرين له وثقتهم به، والشخص الواثق من نفسه تتوفر لديه القدرة على التوافق مع ظروف المستقبل، ويستطيع إنجاز العمل الذي خطط له، كما تكون لديه الكفـاءة الشخصية للتعامل مع الآخرين، ويمكن أن تتضح الثقة لدى الطالب من خلال الـدور الإيجابي الذي يقوم به في قاعدة الدرس، ممثلا بالمشاركة الفاعلة، والمناقشة وإبـداء رأيه، والتعامل مع السلطة الإدارية، وتقبله لقدراته دون الشعور بالدونية (الغامـدي، 2009).

مظاهر عدم الثقة بالنفس:

تتجلى وتتعدد مظاهر عدم الثقة في النفس في بعض الصفات التي تظهر لـدى بعض الأفراد وتلاحظ من خلال تصرفاتهم فالكثير من هؤلاء الأفراد والذين تكـون الثقة لديهم ضعيفة تلحظ أنهم يتصفون بالخجل والحساسية الزائدة، والارتبـاك عنـد التفاعل مع الآخرين، كما أنهم يتميزون بالتبعية الفكرية والعاطفيـة والعمليـة، فهـم مقلدون في هذه الجوانب، وكثيراً ما نجدهم يقطعون علاقاتهم الاجتماعية مع الآخرين ولا يستمرون كثيراً، ويظهر التذبذب في الإقدام أو الإحجام فـي بعـض المواقـف والأحداث التي يتعرضون لها، وكثيراً ما اتهموا الظروف الخارجية عند الإخفـاق أو الفشل، ونجدهم يتشددون ويبالغون في الأعمال التي يكلفون بها،كما أنهم غالبـاً مـا يعزون سلوكاتهم إلى عوامل خارجية(العنزي، 2003).

نظرية إريكسون والثقة بالنفس (النظرية النفسية الاجتماعية): -

يهتم علماء النفس بتفسير الظواهر النفسية التي تعتـري الإنـسان بـين الفينـة والأخرى، للتعرف على أسبابها، ومحاولة التوصل إلى أنجع الحلول المناسبة لمساعدة الأفراد على تحقيق الصحة النفسية، وقد اهتم العلماء على اختلاف أرائهم، وتوجهاتهم النظرية، ومنحاهم الفكري منذ زمن بعيد بسمة الثقة بالنفس، بالرغم من عدم وضوح الرؤية حول استخدام هذا المصطلح بشكل صريح في النظريات النفسية المختلفة، عدا نظرية إريكسون التي أولت لموضوع الثقة بالنفس أهمية بالغة وجعلتها أولى مراحل النمو النفسي (الغامدي، 2009).

يرى إريكسون أن الفرد في أثناء حياته، يتعرض لعدد كبير ومتلاحـق مـن الضغوط النفسية والاجتماعية، التي تفرضها عليه المؤسسات الاجتماعية المختلفـة : كالبيت، والمدرسة، والجيران، وغيـرهم .وتـشكل هـذه الـضغوط الاجتماعيـة مشكلات(أزمات) يتوجب على الفرد حلها وتجاوزها، ويقترح إريكـسون مـصطلح "أزمة **(Crisis)** "لكل واحدة من هذه المشكلات، وعلى الفرد أن يعمل جاهداً على حل هذه الأزمات حلاً إيجابياً حتى يستمر في تطوره السليم، والجـدير بالـذكر أن مراحل التطور الذاتية في نظرية إريكسون تغطي الحياة الإنسانية منذ الولادة وحتـى النهاية، وهذا ما يميز نظريته (علاونة، 2009).

ويذكر إريكسون في المرحلة الأولى من نظريته أهمية تطوير الـشعور بالثقـة والتغلب على مشاعر عدم الثقة، وهذه المرحلة تغطي السنة الأولى من حياة الطفـل تقريبا، حيث يكون الاعتماد شديداً على الوالدين (خاصة الأم) في تقديم مـا يحتاجـه الطفل من طعام واهتمام ورعاية، فإذا وجد الطفل طعامه عندما يجوع، واهتمت به أمه عندما يكون بحاجة إلى الاهتمام، يتطور لديه شعور تام بالراحة والطمأنينة النفـسية والجسمية، وهذا ما يدعوه إريكسون الشعور بالثقة، ومن العوامل الرئيسة في تنمية هذا الشعور لدى الطفل الرضيع، عملية الانتظام في تقديم ما يلزمه وتلبية حاجاته الملحة، وهكذا يرى إيركسون أن الثقة بالنفس تنمو لتأخذ شكلها النهائي عبر مراحـل النمـو المختلفة (علاونة، 2009).

التحصيل الدراسي والثقة بالنفس

إن الحياة المدرسية بصفه عامه، والجانب الأكاديمي منها بـصفه خاصـة يلعبان دورا مهما في تكوين مفهوم الذات، وذلك من خلال تأثيرهما على خبـرات الفرد، وعلاقاته بوالديه وأفراد أسرته وأقرانه وعلى اتجاهاتهم نحـوه، وتخلـص الدراسات إلي أن التقدم الدراسي يلعب دورا أساسياً في تقويم الفرد لذاته فالنجـاح المتكرر في المدرسة يكون عند الطفل مفهوما إيجابيا عن نفسه ويدعم في الطفـل ثقته بنفسه بينما يـؤدي الفشـل المتكرر إلي ضـعف الـثقة بالـنفس وفقــدان احـترام الـذات (أبو علام، 1978).

ولا شك أن التحصيل الدراسي له الأثر الكبير علـى شخـصية الطالـب، فالتحصيل الدراسي يجعل الطالب يتعرف على حقيقة قدراته، وإمكاناته، كمـا أن وصول الطالب إلي مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة بنفسه، ويدعم فكرته عن ذاته، ويبعد عنه القلق ,والتوتر مما يقوي صحته النفسية، أما فشل الطالب في التحصيل الدراسي يؤدي إلي فقد ثقتـه بنفـسه والإحـساس بالإحباط، والنقص، والتوتر والقلق، وهذا من دعائم سوء الصحة النفسية (الهـابط، 1987). وتتوقف درجة نجاح الطالب أو فشله على مقدار ثقته بنفسه، تلك الثقـة التي تنشأ من علاقاته السابقة بالناس، وتكون ثقة الطالب بنفسه أكثر دعماً بمثابـة رصيد متجمد يسحب منه طوال المرحلة المضطربة من عمره (روس،1986).

وتعد الثقة بالنفس من أهم العوامل المساعدة على اكتساب الخبرات الشعورية والإرادية، التي تمثل نواتج التعلم المختلفة للمرء، فالطالب لا يـستطيع أن يـتعلم مهارة جديدة أو أن يكتسب قدرة علي التعبير عن أفكاره ومـشاعره إلا إذا كـان متمتعا بالثقة بالنفس فأنه يستطيع تعلم تلك المهارات والتمكن منها (العبيد، 1995).

ويجب أن يقدم المعلمون للطلاب المساعدة باستمرار، لتحقيـق أهـدافهم وأن يغرسوا في أنفسهم الثقة لمواصلة الطريق إلي الأهداف المرجوة، وهذا يمكـن أن يتحقق بسهولة وإتقان عندما نثبت أننا نثق بهم، وفي قدراتهم علي أن يحققوا تقدما في عملهم (خيرا ، 1981). ويقوم المعلم بدور كبير في تربية الثقـة بـالنفس إذا راعى أن تكون علاقاته مع طلابه مبنية على المساواة، وعد م التحيز، وإذا عمـل على مساعدة المتأخر دراسياً بصبر وأناة، وعلى تشجيعه في النواحي التي أظهـر فيها تقدما بدلا من التركيز على ما لديه من نقص. كذلك يقوم المعلم بدور كبير في تجنيب طلابه التأخر الدراسي، وما يتبعه من شعور بالنقص العنزي، 2003).

ومن أهم العوامل المؤثرة في تكوين الطلاب، واستقرارهم وتقبلهم الـتعلم، وإقبالهم بشغف عليه، الطرق التي تتبع فيه، فإذا كانت هذه الطرق التـي تـستثير النشاط للطالب، وتوجهه توجيهاً ينتج إلى أبعد حدود الإنتاج، فإن الطالـب يـشعر

بالغبطة والنجاح، ويكسب ثقة بنفسه واحتراماً لذاته، ويكتسب شغفاً بمواصلة البحث والعمل (الخطيب والزيادي، 2001).

ففي هذا الصدد، يرى كيلر أن دافعية الفرد وحماسه نحو التعلم تعتمد على الاستراتيجيات المستخدمة من قبل المعلمين في تعزيز ثقة المتعلمين بأنفسهم، من خلال توفير فرص النجاح (الزغول، 2010).

إن قسوة المجتمع المدرسي على الطالب وجفاءه وتحقيره وإهانته وإهماله ومقارنته بالغير بناء على أسس غير عادلة، وتفضيل طالب على آخر، يجعل الطالب يشعر بعدم الثقة بالنفس ونقص الطمأنينة والإحباط، ومن الأهمية أن يثق التلميذ بنفسه، وفي قدرته على التعلم، وعلى الحفظ، والتذكر، وقدرته على النجاح والإنجاز. وهكذا فإن الثقة بالنفس هنا تولد فكرة مسبقة لدى الطالب أنه ينجز العمل بإذن الله، أي أنه مصمم على الإنجاز والنجاح، في حين أن عدم الثقة بالنفس تصور الفشل أمامه، الأمر الذي يشله ويشل طاقاته وإمكاناته (العنزي، 2003). ويؤكد (خاف الله، 1998) على أهمية الصلة بين الثقة بالنفس وأداء الطالب، فكلما ارتفع مقدار كسب الثقة بالنفس ارتفع أداء التلميذ. ومن هنا يتضح واجب المعلمين والمربين بصفة عامة، بتنمية مهارات الدراسة، وتكوين العادات الدراسية الصحيحة، وتسيير أفضل الظروف للدراسة المثمرة، وتنمية الثقة بالنفس، والاتجاه الموجب نحو التعلم، وتوفير فرص النجاح، ومراعاة قدرات المتعلمين، ودراسة أساليب التقييم ممثلة في الامتحانات للحصول على مستوى تحصيلي مرتفع، والوقاية والعلاج من المشكلات الدراسية المختلفة (زهران، 2000).

مقدمة

يمكن القول بأن الأفراد الذين يثقون بأنفسهم، غالباً ينسبون النجاح والفشل إلى عوامل داخلية مثل القدرة والجهد، حيث يتوقع منهم أن يكونوا من ذوي مصدر الضبط الداخلي، في حين نجد أن الأفراد الأقل ثقة بالنفس هم أكثر توجهاً نحو البيئة؛ لذا فهم يعزون الفشل إلى عوامل خارجية تقع خارج سيطرتهم، فهم من ذوي مركز الضبط الخارجي، فالثقة بالنفس عنصراً مهماً ومؤثراً في شخصية الفرد، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بقدراته وإمكاناته واعتماده على نفسه، فكلما ارتفعت قدرة الفرد على الاعتماد على

نفسه، واستغلال مهاراته وقدراته وإمكاناته، ارتفعت ثقته بنفسه، والعكس صحيح، ومن خلال ذلك تظهر أهمية تربية شخصية الفرد في جميع جوانبها المختلفة على الثقة بالنفس، والاعتماد على النفس والحيلولة دون الإحساس بالنقص والدونية.

مركز الضبط

يحتل مفهوم مركز الضبط جانبا مهماً من جوانب الدراسات النفسية والتربوية على اعتباره متغيرا مهماً من متغيرات الشخصية الإنسانية(جبريل، 1996). وحيث ظهر هذا المفهوم حديثا، وانبثق من الإطار العام لنظرية التعلم الاجتماعي التي تهتم بمحاولة فهم السلوك الإنساني في كثير من المواقف المعقدة، ومن خلال الظروف البيئية المحيطة بالفرد، التي لها تأثير في سلوكه، وتبحث نظرية مركز الضبط في مصدر التعزيز وأثره في السلوك الإنساني، إذ إن لها تطبيقات في مجال التعلم، وتطور الشخصية وعلم النفس الاجتماعي، وعلم الأمراض النفسية، وتعديل السلوك (العالم، 1999). ويعد مفهوم مركز الضبط بعداً مهماً من أبعاد الشخصية، فالأفراد ذوو الضبط الداخلي يشعرون أن لديهم القدرة على ضبط ما يدور حولهم من أحداث والسيطرة عليها، أما الفئة الأخرى من ذوي الضبط الخارجي فيرون أنفسهم مضبوطين بقوى خارجية تسيطر عليهم، وليس لهم أي دور في الأحداث والمواقف التي يتعرضون لها(سرحان، 1996). فهكذا فإن مركز الضبط يعد من المتغيرات المهمة في تفسير السلوك الإنساني في كثير من المواقف، وهو يتشكل بفعل عوامل وأنماط التنشئة الاجتماعية والظروف المحيطة بالفرد عبر مراحل النمو المختلفة.

لقد تم ترجمة هذا المفهوم (Locus of Control) إلى عدة صيغ منها " مركز الضبط "و"موضع الضبط "و"جهة الضبط" و"محل الضبط "وجميعها تشير إلى معنى واحد وهو المركز أو الجهة أو المحل الذي يسند إليه أو يلحق به الفرد نتائج سلوكه وقدراته واختياراته، فإذا كان المركز هو الحظ أو الصدفة أو تأثير الأقوياء، كان مركز الضبط خارجياً. أما إذا كان مركز الضبط كامن في نفسه فإن مركز الضبط لديه داخلي، ويشير إلى الالتزام والانتظام من جميع النواحي التي تحيط بالفرد(عوض، 1998).

مفهوم مركز الضبط

يعد جوليان روتر (Rotter) أول من قدم هذا المفهوم وذلك سنة 1954، من خلال نظرية التعلم الاجتماعي، حيث يرى أن مركز الضبط يرتبط باعتقاد الفرد حول قدراته في السيطرة على الأحداث والمواقف التي يتعرض لها، ويتعلق مفهوم مركز الضبط بإدراك الفرد للعالم المحيط به من ناحية علاقته بالسلوك (حبيب، 1990).

وهكذا فإن مركز الضبط هو الطريقة التي يدرك بها الفرد العوامل المسببة لسلوكه أهي كامنة في نفسه أم صادرة عن ظروف وحوادث خارجية تفوق قدراته وطاقاته (دروزة، 1987). أما فروسيز (Phroses) فتعتقد أن مركز الضبط هو مدى إدراك الفرد للأحداث الإيجابية والسلبية على نتائج تبعات سلوكه الخاص، ومن ثم فهي تقع تحت تأثير ضبطه الشخصي (عوض، 1998). في حين يرى(براون) بأنه كم متصل ذو قطبين، ينشأ من الاعتقاد في مركز الضبط الخارجي إلى الاعتقاد في مركز الضبط الداخلي(زكري، 2008). كما يشير(سالم، 2002). إلى أن ما يعتقده الفرد عن العلاقة بين سلوكه وما يرتبط به من نتائج، بأنه سمه شخصية تساعد الفرد على أن ينظر إلى إنجازاته من نجاح وفشل في ضوء ما لديه من قدرات، وما يستطيع القيام به من جهد ومثابرة في تحقيق أهدافه، ويتضمن هذا المفهوم فكرة الفرصة مقابل المهارة والسمات الخاصة مقابل سمات الآخرين والقدرات الخاصة أو الجهد وضبط البيئة مقابل مزايا وتأثير الآخرين. في حين ترى (زكري، 2008) أن مركز الضبط هي الكيفية التي تحكم الفرد على نتائج السلوك الذي يقوم به وهل هي نتاج عوامل داخلية مثل"القدرة، والجهد "أو نتاج عوامل خارجية مثل" الحظ والقوى الخارجية "وبالتالي فإن هناك نوعين لمركز الضبط هما الاتجاه الداخلي والاتجاه الخارجي.

وفي هذا الصدد، يشير كراون (Crowne) إلى أن مفهوم مركز الضبط يقصد به مجموعة اعتقادات الفرد وتوقعاته فيما يتعلق بضبط التعزيز والعقاب، فالضبط الداخلي هو اعتقاد الفرد بأن النشاط الذي يمارسه أو قدرته على مزاولة ذلك النشاط، أو سماته الشخصية الثابتة نسبياً، هي العوامل التي تحدد ما يترتب على سلوكه من

تعزيز أو عقاب، أما الضبط الخارجي فهو اعتقاد الفرد بأن ما يتبع سلوكه من عقاب أو ثواب إنما يحدث بفعل الحظ أو الصدفة أو قوى خارجية (الشجراوي، 2005).

وفي ضوء ما سبق يمكن القول أنه عند ممارسة الفرد للـسلوك الإيجـابي أو السلبي يحدث اعتقاد داخلي لدى الفرد في توجيه هذا السلوك، متأثرا بما يحيط به من حوادث ومواقف مختلفة، إما داخلياً ويكون مركز ضبطه داخلي ويعزو الأسباب إلى نفسه، أو خارجياً وتكون الأسباب خارجه عن إرادته حسب اعتقاده، فيكـون عنـدها مركز ضبطه خارجياً .

أهمية مركز الضبط

يعتبر ايتري ولانجنباخ (Autry & Langenbach) والمشار إليهما في(زكري، 2008) أن مركز الضبط عنصر مهم في نظرية(العزو) التي تهتم بتحديـد أسـباب السلوك لدى الفرد، حيث يميزان بين نوعين من الأفراد، هما ذوو الـضبط الـداخلي الذين يعزون النهايات السارة (التعزيز) والنجاح أوالفشل في أعمالهم إلـى مقـدرتهم وجهدهم الخاص، مقابل ذوي الضبط الخارجي الـذين يعـزون أسـباب نجـاحهم (التعزيز)أو فشلهم إلى قوى خارجية، مثل الحظ، والقدر أو تأثير الآخرين أو صعوبة العمل.

ويعد مركز الضبط من المفاهيم النفسية التي تلعب دوراً بارزاً وحاسـماً فـي شخصية الفرد، وتقديره لسلوكه نحو المثيرات المحيطة به، حيث إن إدراك الشخص لقدرته على التأثير في أمور حياته يرتبط بنظرته إلى العلاقة بين سلوكه ونتائج ذلـك السلوك،وهذا له تأثير على نوع تفكيره، فالفرد الذي يعتبر نفسه مسؤولاً عما يحدث له يكون ذا تفكير سليم وإرادة قوية وثقة عالية، على عكس الذي يلقي بالمسؤولية على ما يجري له من ظروف ومواقف، وأحداث والذي يتصف بحدودية التفكيـر وضـعف الإرادة وانخفاض في الثقة بالنفس (زكري، 2008).

ويعد مصدر الضبط من أهم الجوانب في تنظيم التوقعـات الإنـسانية وتحديـد مصادرها، فضلاً عن كونه أحد المكونات البارزة في تحديد العلاقة الارتباطية بـين سلوك الفرد وما يحدث بعده من نتائج لهذا السلوك (النيال، 1993).

كما يشكل مركز الضبط مفهوماً دافعياً يحفز الأفراد إلى تفسير أسـباب النجـاح والفشل لديهم، وتحديد مصادرها وقدرتهم في السيطرة عليها في أي موقـف حيـاتي يواجه الفرد بعامة، أو ما يواجه الطلبة في المواقف التعليمية خاصة (قطامي، 1994).

و يلعب مركز الضبط دوراً مهماً في عملية الاختيار الدراسي والمهني، حيث أن ذوي الضبط الداخلي أكثر قدرة على الاختيار الدراسي والمهني والتخطيط للعمل، كما أنهم أكثر استقلالية ولديهم استعداد لبذل جهد أكثر في أعمالهم، ويـستغلون أوقـات فراغهم بشكل أفضل، على عكس ذوي الضبط الخارجي(الزهراني، 1989).

مركز الضبط الداخلي:

يشير مركز الضبط الداخلي إلى مدى اعتقاد الفرد بأن الأحداث التي تحصل له والمواقف التي يتعرض لها هي تحت سيطرته، فالشخص في مركز الضبط الـداخلي أكثر قدرة وفعالية على إدراك نفسه وفهمها، وهو يعتبر نفسه المقرر لمصيره، المتحكم في ذاته وقدراته ومهاراته، وهو المسؤول الأول المباشر عنها، فإذا فشل أو نجح يعزو ذلك إلى نفسه (الشجراوي، 2005).

يعتبر مركز الضبط من المتغيرات الشخصية الذي له تأثير على تفكير الفـرد، فأصحاب الاتجاه الداخلي يتصفون بمجموعة من الصفات والخصائص، التي يمكن أن تظهر في مجالات السلوك والنشاط الإنساني المختلف، فالأفراد الذين يعتبرون أنفسهم مسؤولين عما يحدث لهم، يكونون ذوي تفكير سليم وإرادة قوية وثقة بالنفس، ومن ثم يرتبط موقع الضبط بقدرتهم على التفكير الجيد والمستقل، وعدم قبول كما هو شـائع دون نقد أو تمحيص، ويحاولون أن يبتكروا كل ما هو جديد، ويبذلون الجهد المضاعف في مواقف التحصيل الدراسي ومواقف الإنجاز، وبصفة عامة يعتقـدون أن تحقيـق النجاح يعتمـد على جهـودهم الذاتيـة(سالم، 2004).

مركز الضبط الخارجي:

يشير هذا المفهوم إلى مدى اعتقاد الناس أن هناك قوى ومؤثرات خارجية تتحكم في أدائهم وسلوكهم في مختلف شؤون الحياة، كالحظ والصدفة والقضاء والقدر، والذي يشير إلى اعتقاد الشخص أن الأحداث التي تحصل أو التي قد تحصل له مستقبلاً لا تعتمد على ما يقوم بفعله هو، إنما تعتمد على قوى خارجية، بالإضافة إلى أن الحاجات

التي يرغب الحصول عليها تبدو وكأنها تعتمد على حضور الآخـرين (الـشجراوي، 2005).

ويتصف أصحاب مركز الضبط الخارجي بمجموعة من الخصائص والصفات، حيث يميلون إلى الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس والعصابية، ويرضون بالواقع دون محاولة التغيير، ولا يقبلون بالمخاطرة، ولا توجد لديهم الرغبة في المثابرة والتحمل، كما يشعرون بالملل والتعب وعدم الراحة والتوتر النفـسي، ويتميـزون بمحدوديـة التفكير، ويعانون من ضعف الدافعية والإنجاز، ويلقون بالمسؤولية على غيرهم وكذلك بالنتائج السلبية أو الإيجابية على القوى الخارجية (زكري، 2008).

خصائص ذوي الضبط الداخلي-:

تختلف الخصائص والميزات التي يتميز بها ذوو الضبط الداخلي عن ذوي الضبط الخارجي، حيث يتميز ذوو الضبط الداخلي بكثرة حذرهم وانتباههم للنواحي المختلفة التي تزودهم بمعلومات مفيدة لسلوكهم المستقبلي، ويتميزون بالفاعلية والـتمكن مـن تحسين حال بيئتهم، ويقاومون المحاولات المغرية للتأثير عليهم، ويضعون قيمة كبيرة لتعزيزات مهاراتهم ويكونون أكثر اهتماماً بقدراتهم، وغالباً ما تكون الثقة بالنفس لدى ذوي الضبط الداخلي مرتفعة (الزبيدي، 2009). فالأفراد ذوو مركز الضبط الداخلي هم أكثر تأثراً بالتعزيز الذي يأتي من دواخلهم؛ ويعزون الأحداث السارة أو السيئة التي تحدث لهم إلى عوامل ذاتية شخصية ترتبط بالمهارة أو القدرة .وهـذا يعنـي أنهـم يعتبرون أنفسهم مسئولين عما يحدث لهم من أحداث سلبية أو إيجابية، طبعا بعد إيمانهم بقضاء ا وقدره. وغالباً ما تكون الثقة بالنفس لدى هؤلاء الأفراد عالية فهم أصحاب همم وعلى قدر كبير من تحمل المسؤولية والبحث عن حلول للمشكلات التي تواجههم وتقف في طريق مسيرة حياتهم(الزغول، 2006).

خصائص ذوي الضبط الخارجي-:

هناك خصائص يتميز بها ذوو الضبط الخارجي تميـزهم عـن ذوي الـضبط الداخلي، فهم يمتلكون خصائص سلبية عامة وقلة المشاركة وقلة الإنتاج، ويفتقـرون إلى الإحساس بوجود قدرة داخلية، ويتميزون بأنهم يرجعون الحوادث والمواقف التي

يتعرضون لها الإيجابية أو السلبية إلى قوة خارجية، وينخفض لديهم الإحساس بالمسؤولية الشخصية عن نتائج أفعالهم الخاصة، وغالباً ما تكون الثقة بالنفس لديهم منخفضة (الزبيدي، 2009). أما الأفراد ذوو مركز الضبط الخارجي فهم أكثر تأثراً بالمعززات الخارجية، وغالبا ما يعزون الحوادث السيئة أو السارة التي تحدث لهم خلال مسيرة حياتهم إلى عوامل خارجية، خارجه عن سيطرتهم، مثل الحظ والصدفة أو عوامل غير معروفة، وعليه فمثل هؤلاء الأفراد أقل ميلاً لتحمل مسؤولية ما يحدث لهم من أحداث، وعادةً ما تكون الثقة بالنفس لدى هؤلاء الأفراد منخفضة فهم يلقون بمشاكلهم وحلولها على غيرهم من الأفراد(الزغول، 2006).

وبناء على ما سبق نجد أن الثقة بالنفس غاية ينشدها الأفراد بغض النظر عن الفروق في أجناسهم، أو ثقافتهم أو الطبقات الاجتماعية والاقتصادية، فكل من يتمتع بالثقة بالنفس يشعر بالسعادة والرضا والتوافق النفسي، ويسعى إلى التقدم دائماً، فهي تمثل دوراً مهماً في حياته، وعاملاً من عوامل النمو الانفعالي والاستقرار النفسي، والشعور بالكفاءة والقدرة على حل المشكلات ومواجهة جميع الصعاب(اللاحق، 2005). وبما أن الثقة بالنفس في غاية من الأهمية كان لابد أن يبحث الأفراد عن جميع العوامل التي تعمل على رفع مستوى الثقة لديهم، ومن هذه العوامل مركز الضبط الداخلي.

فلا يخفى علينا أن الأفراد يختلفون في إدراكهم للعلاقة بين السبب والنتيجة أو السلوك وما يتبعه فالأفراد ذو الضبط الداخلي يحملون أنفسهم مسؤولية أعمالهم سواء كانت النتيجة سلبية أو إيجابية ولديهم القدرة على التأثير في الحياة الاجتماعية ومقاومة ضغوط الحياة لتحقيق المزيد من النجاح، وغالباً ما يتمتع هؤلاء الأفراد بإرادة قوية وثقة عالية بالنفس، على عكس الأفراد ذوي الضبط الخارجي الذين يحملون القوى الخارجية مسؤولية فشلهم أو عدم نجاحهم والتقدم ويفتقرون إلى الانسجام مع البيئة التي يعيشون فيها نتيجة عجزهم عن تحقيق التوافق بين رغباتهم وبين أوضاع حياتهم .وبما أن أصحاب الضبط الداخلي لديهم ثقة عالية يتوجب مراعاة تنشئة على أن يكون ضبطهم داخلياً، ومن العوامل المساعدة في ذلك، حصول الأطفال على كافة احتياجاتهم

ومتطلباتهم، لينمو لديهم اتجاه داخلي،بالإضافة إلى تنمية استقلالهم الـ ذاتي وتعزيـ ز فرص النجاح لديهم .

2.2 الدراسات السابقة

أجريت بعض الدراسات التي تناولت مفهوم الثقة بالنفس ومركز الضبط، وبحدود علم الباحث فإن عدد هذه الدراسات يعد قليلاً، ولاسيما تلك التي تناولت علاقة الثقـ ة بالنفس بمركز الضبط، حيث تكاد تكون معدومة.

الدراسات التي تناولت مفهوم الثقة بالنفس :

من هذه الدراسات دراسة(أبو علام، 1978) والتي تناولت العلاقة بين الثقـ ـة بالنفـ س والتحصيل الدراسي لـ دى الطالبـ ات، وقدم فرضاً يفيد أن كبيرات السـ ن في الصـ ف الدراسي أقل ثقـ ة بأنفسهن من اللاتي يتناسـ ب عمرهن مع العمـ ـ ر المقرر للصـ ف الدراسي، طبقـ ا لسن القبول في المدرسة الابتدائية، وكان المتغيـ ر المستقل في هذه الدراسة مستوى العمر بالنسبة للصف الدراسي، واشتملت الدراسـ ة على الطالبات اللاتي بلغت أعمارهن 16 عاماً فأكثر في الـ صف الثـ اني متوسـ ط، و18عاماً فأكثر في الصف الرابع ثانوي، و19عاما فأكثر في الصف الخامس الثانوي . وانتهت نتائج الدراسة إلى أن الطالبات كبيرات السن اللاتي سبق أن تعرضن للرسوب في السنوات السابقة كن أضعف ثقة بأنفسهن من الطالبات صغيرات السن .

وفي دراسة أخرى أجرتها سـ ليبر ونجـ رو (Sleeper & Nigro, 1987) بهدف التعرف على أثر الثقة بالنفس لدى طلاب المراحل الدراسية المختلفـ ة علـ ى تحصيلهم الدراسي، ومدى اختلاف تحصيل الطلبة الذكور عن الإناث في فئـ ة ذوي الثقة العالية. واختلاف تحصيل الذكور عن الإناث في فئـ ة ذوي الثقـ ة المنخفـ ضة بالنفس، وتمت هذه الدراسة في إحدى الولايات المتحدة الأمريكية على طلبة المراحل الدراسية المختلفة. وكانت درجات الطلبة في المدرسة، هي المؤشر علـ ى تحـ صيل الطلبة، وقد تم تقسيم الطلاب إلى مجموعتين من حيث الثقـ ة بـ النفس، المجموعـ ة

الأولى: الطلاب ذوي الثقة العالية بالنفس، والمجموعة الأخرى الطلاب ذوي الثقـة المنخفضة بالنفس. وبعد تحليل البيانات الناتجة عن تطبيق المقياس، وجد أن الطلاب ذوي الثقة العالية بالنفس هم ذوو التحصيل المرتفع، والطلبة ذوي الثقـة المنخفـضة بالنفس هم ذوو التحصيل المنخفض، واستنتجت الباحثتان بأن الثقة بالنفس تعمل على رفع التحصيل الدراسي لدى الطلاب، وأن انخفاضها يؤدي إلى انخفاض التحـصيل الدراسى.

ومن الدراسات الأخرى دراسة أنجل (Angell, 1991) والتي تضمنت عمل برنامج لتطوير الثقة بالنفس لدى طالبات الصف التاسع ذوات التحصيل المنخفض عن طريق الحاسوب من خلال إعداد برنامج خاص لتحسين الثقة بالنفس، واشتمل البرنامج على تعريف الطالبات، على برنامج الحاسوب لوجـو (Logo) وتعريضهن إلى جو حاسوبي مثير للتفكير يهيىء الفرصة للإبداع، وأسفرت النتائج عن أن طالبات الصف التاسع ذوات التحصيل المنخفض يمكنهن زيادة ثقـتهن بأنفـسهن تجـاه الحاسـوب باستخدام نظام" اللوجو "ولاحظ الباحث أيضاً وجود نمو في الثقة بالنفس في مجالات حب الحاسوب، والقدرة على فهم الحاسوب كمهنة، وإدراك الطالبات بأنهن قـادرات على استخدام بالحاسوب، وتوصل الباحث إلى أن نظام" اللوجو "يعتبر أداة فعالة في رفع مستوى الثقة بالنفس لدى هؤلاء الطالبات.

كما أجرى بولي (Pauly, 1992) دراسة على عينة من الطالبات المبتدئات في تعلم القراءة، بهدف التعرف على دور التعزيز في بناء وتنمية الثقة بالنفس، وفيها قسم عينة الدراسة إلى مجموعتين في كل منهما يتم تعليم القراءة بطريقـة عاديـة، تقـوم بتطبيقها معلمة متخصصة في اللغة، بينما تختلف عنها المجموعة الثانية في أن المعلمة تستخدم التعزيز المادي والمعنوي والمناقشة والتعاون خلال التدريس، وبعد الانتهـاء من تدريس وحدتين تم إجراء اختبار لقياس الثقة بالنفس لدى المجموعتين، حيث تبين أن الثقة بالنفس لدى طالبات المجموعة الثانية كانت أعلى منها لدى المجموعة الأولى ودلت النتائج إلى أسلوب التعزيز الذي استخدم مع المجموعة الثانية دون الأولى .

ومن الدراسات أيضاً تلك الدراسة التي قام بها (ناصيف، 1993) وهدفت إلى معرفة مستوى النمو الاجتماعي، والثقة بالنفس لدى الأطفال المحرومين من الوالديـن

والأطفال العاديين. وكان أفراد العينة من الأطفال المحرومين من الوالدين (ذكـور – إناث) في المرحلة العمرية (6-3) سنوات من دار الحضانة بالرياض، وعينة مماثلة لها من حيث الجنس والسن والذكاء من الأطفال العاديين من عدد من مدارس رياض الأطفال في مدينة الرياض، وتكونت كل مجموعة من (35) طفلاً وطفلة مـنهم (40) ذكـور، و(13)إناث، وقد توصلت النتائج إلى أن الأطفال العاديين لديهم ثقة بـالنفس أعلى من الأطفال المحرومين من الوالدين، وكذلك أن الأطفال العاديين لـديهم نمـو اجتماعي أعلى من الأطفال المحرومين من الوالدين .

وقام (العنزي، 2001) بدراسة أخرى هدفت لمعرفة الثقـة بـالنفس وعلاقتهـا بالعوامل الخمس الكبرى في الشخصية) العصابية، الانبساط، التفتح، الطيبة، يقظـة الضمير (وتكونت العينة الأساسية من (417) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة والهيئة العامة للتعليم التطبيقي بالكويت) كلية التربية الأساسية، وكانت الأدوات المـستخدمة مقياس الثقة بالنفس من تصميم الباحث، وقائمة مراجع الأعراض وقائمـة العوامـل الخمسة الكبرى، ودلت النتائج على أن سمة الثقة بالنفس على درجة كبيرة من الأهمية، على الرغم من أنها من السمات الصغرى في مجال الشخصية)، فهي ليـست علـى درجة كبيرة كالعصابية أو الذهانية (فإنها ترتبط ارتباطاً وثيقاً موجباً بالسمات والأبعاد الدالة على حسن التوافق والصحة النفسية، في حين ترتبط ارتباطاً سالباً بـالأعراض النفسية والجسمية المثيرة إلى سوء التوافق أو الاختلاف في الصحة النفسية.

وأيضاً قام (العنزي، 2003) بدراسة لمعرفة العلاقة بين الثقـة بـالنفس ودافـع الإنجاز وتكونت عينة الدراسة من (300) طالباً في المرحلة المتوسطة توصل فيها إلى أنه توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس ودافع الإنجاز لدى عينة من المتفوقين دراسيا في المرحلة المتوسطة، وتوصل أيضاً أنه لا توجد علاقـة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الثقة بالنفس ودافع الإنجاز لدى عينة من العـاديين دراسياً في المرحلة المتوسطة. وتوصل أيضاً أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الثقة (الطلاقة اللغوية، والاستقلالية، والعامل الفسيولوجي، والعامـل النفـسي، والعامل الاجتماعي بين عينة من الطلاب).

الدراسات التي تناولت مفهوم مركز الضبط:

ومن هذه الدراسات دراسة سايمون وفيذر (Simon and Feather) المشار إليها في(الشجراوي، 2005). هدفت إلى التعرف إلى العوامل التي يعـزو إليهـا الطلاب نجاحهم أو فشلهم، وقد أجريت الدراسة على عينة تتألف من (170) طالبا و(126) طالبة من طلبة السنة الأولى والثانية الجامعيين، وبإيجـاد المتوسـطات الحسابية والانحرافات المعيارية وباستخدام تحليل التباين الثنائي، توصل الباحثـان إلى نتائج أشارت إلى أن الطلاب الناجحين عزوا نجاحهم إلى معـرفتهم الـسابقة، واستعداداتهم للامتحانات وقدرتهم، أكثر من الطالبات الناجحات.

وأجرى ميشيل (Michael, 1994) دراسة هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين مركز الضبط والجنس لدى عينة مكونة من (145) طالبا وطالبة في المرحلة الابتدائية من الهنود الأمريكان، وقد طبق الباحث مقياس مركز الـضبط الـداخلي والخارجي على أفراد عينة الدراسة، وقد أشارت نتائج البحث إلى عدم وجود فروق بين الذكور الإناث على مقياس مركز الضبط الخارجي.

وقامت (الشافعي، 1998) بدراسة هدفت للكشف عن العلاقة بين مفهوم مركز الضبط ومفهوم القدرة على حل المشكلات، وقد تم اختيار عينة الدراسة من طلبـة جامعة النجاح الوطنية بنابلس حسب الطريقة الطبقية العشوائية، بلغت عينة الدراسة (231) طالبا وطالبة من مستوى السنة الثانية والثالثة والرابعة مـوزعين علـى تخصصات مختلفة ويمثلون جميع مناطق السكن، وقد استخدم مقياس روتر للضبط الداخلي والخارجي، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) لدى عينه الدراسة في مركز الضبط تعزى للجنس لصالح الإناث الأكثر الخارجية في الضبط.

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) لدى عينة الدراسة في مركز الضبط تعزى لمنطقة السكن، حيث اتضح أن هناك فروقًا بين سكان المدينة وسكان المخيمات ولصالح سكان المدنية الأكثر خارجية في الضبط.

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=0.05) لـدى عينـه الدراسة فى مركز الضبط تعزى للتخصص الأكاديمي.

4- -وجود علاقة ارتباطية سالبة غير دالة إحصائيا بين مركز الضبط والقدرة على حل المشكلات لدى عينة الدراسة، بمعنى كلما كان الأفراد أكثر توجهاً بمركـز الضبط الخارجي قلت لديهم القدرة على حل المشكلات لديهم، رغم أنها علاقة غير دالة إحصائية عند مستوى.(α=0.05).

وأجرى (سرحان، 1996) دراسة لتحديد العلاقة بين مفهـوم الـذات ومركـز الضبط لدى الطلبة الجامعيين في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية، اعتمـادا على متغيرات : الجامعة والجنس والمستوى الدراسي والمنطقة السكنية، واختيرت عينة من جامعات فلسطينية بلغ عدد الطلبة الذكور فيها (133) طالبا، وعدد الإناث (136) طالبة من مستوى السنة الأولى والرابعة، موزعين على تخصصات مختلفة وطبق مقياس كوبر سميث المعرب ليلائم البيئة الأردنية بعد تقنينـه علـى البيئـة الفلسطينية، ومن النتائج التي تم التوصل إليها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب الذكور والطالبات الإناث في مفهوم الذات فـي مختلـف الجامعـات الفلسطينية، ووجود فروق ذات دلاله إحصائية بين الطلبة في مفهوم الذات تعـزى للتخصص حيث اتضح أن هناك فروقًا ذات دلالة بين طلبة تخصص الفقه والتشريع وطلبة تخصص التمريض لصالح طلبة التمريض، كما بينت النتائج عـدم وجـود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلبة مستوى سنة أولى وطلبة مستوى سنة رابعة في مفهوم الذات.

وقامت (الحباشنة، 1999) بدراسة هدفت إلى بحث التوافق بـين الهويـة النفسية بمجالاتها الأربعة ومركز الضبط بنوعيه لدى طلبة جامعـة مؤتـة، وقـد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (958) طالبا وطالبة من جامعة مؤتـة تـم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن نسبة ذوي الضبط الخارجي (% 75.5) وهي أعلى من نسبة ذوي الضبط الداخلي (% 11.2) والانتقالي (% 13.3) وقد بينت النتائج وجود توافق بين حالة تحقيق الهوية النفسية في المجال الأيديولوجى ومركز الضبط الداخلي، وعدم التوافق بين حالـة تحقيـق الهوية في المجال الاجتماعي ومركز الضبط.

وأجرى (بني خالد، 2009) دراسة هدفت إلى استقصاء العلاقة بين مركز الضبط ومستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت، بلغت عينة الدراسة(180) طالباً وطالبة، وقد اختيرت بالطريقة العـشوائية الطبقية، ولتحديد مركز الضبط لدى الطلبة؛ استخدم الباحث مقياس (روتـر). أمـا تحصيل الطلبة الأكاديمي فتم الحصول عليه من خلال دائرة القبول والتسجيل فـي الجامعة، ولدى إجراء التحليل الإحصائي للبيانات أظهرت النتائج تفوق أفراد عينة الدراسة في مركز الضبط الخارجي، ودلت النتائج على عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مركز الضبط والتحصيل الأكاديمي حسب الجنس؛ بينما في المستوى الدراسي كانت العلاقة دالة لصالح طلبة البكالوريوس، كما وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مركز الضبط(داخلي /خـارجي) وكل من مستوى التحصيل الأكاديمي(مرتفع /متدن)أو الجنس(ذكـر/أنثـى)، أو المستوى الدراسي(بكالوريوس/دراسات عليا).

التعليق على الدراسات وموقع الدراسة الحالية منها

بمتابعة الدراسات السابقة يلاحظ بأن هناك دراسات تناولت كل مـن مركـز الضبط والثقة بالنفس ومستوى كل منهما وعلاقتهما بمتغيرات أخرى كالتحـصيل، في حين لم تتوفر دراسات تناولت العلاقة بين كلا المتغيرين معـا، وتـأتي هـذه الدراسة لتتناول العلاقة بين مركز الضبط والثقة بالنفس وأثرهما على التحـصيل لدى طلبة المرحلة المتوسطة في المملكة العربية السعودية.

الفصل الثالث
المنهجية والتصميم

يتضمن هذا الفصل وصفا لمجتمع الدراسة وطريقة اختيار العينة وتوزيعها وطرق جمع المعلومات والحقائق وتحليلها، ومن ثم تفسيرها للوصول إلى النتائج العلمية ويعد هذا منهجاً وصفياً والذي عرفه عبيد وزملاؤه والمشار إليهم في (العنزي، 2003) بأنه ذلك الأسلوب الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة، كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً يعبر عنها تعبيراً كيفياً أو كمياً.

3. 1 مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين في المرحلة المتوسطة(الأول والثاني والثالث) الذكور في المدارس الحكومية المتوسطة في مدينة عرعر والذين تتراوح أعمارهم مابين (16 -12) سنة، والبالغ عددهم (3500) طالباً حسب إحصائية إدارة التربية والتعليم في منطقة الحدود الشمالية للعام الدراسي 1430/1431من الهجرة الموافق 2009/ 2010م.

2.3 عينة الدراسة:

بعد تحديد عدد المدارس المتوسطة في مدينة عرعر وعددها (18) مدرسة متوسطة تم اختيار (9) مدارس بطريقة عشوائية وبعد الاتصال بالمدارس المحددة والمعنية بالدراسة تم تحديد الطلاب المتفوقين دراسياً والحاصلين على تقدير "90 % " فما فوق، والطلاب العاديين والحاصلين على تقدير" 70 % " فأقل، استناداً إلى نتائج الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 1431/1430 من الهجرة، ومن ثم تم تطبيق المقياسين المعنيين في الدراسة على الطلاب المعنيين بالبحث على الصفوف الثلاثة(أول، ثاني، ثالث) متوسط بطريقة عشوائية . وبذلك تكونت عينة الدراسة من (352) طالباً بعد استبعاد الإجابات غير المكتملة موزعين إلى مجموعتين والجدول (1) يبين توزيع الطلاب المتفوقين والعاديين:

جدول (1)

أعداد ونسب أفراد عينة الدراسة المتفوقين والعاديين

الطلبة	العدد	النسبة
المتفوقون	138	39.2%
العاديون	214	60.8%
المجموع	352	100%

يتضح من خلال الجدول (1) أن الطلاب العاديين شكلوا نسبة اكبر في عينـة الدراسة ويعود السبب في ذلك إلى أن الطلبة المتفوقين غالبا يكونون الأقل في كل صف.

3.3 الأدوات المستخدمة لأغراض هذه الدراسة

تم استخدام الأدوات التالية:

أولاً :مقياس الثقة بالنفس

وصف المقياس

قام ببناء هذا المقياس(قواسمه والفرح، 1996) على البيئـة الأردنيـة ويتكـون المقياس من خمسة عوامل (أبعاد) وكل عامل يتكون من مجموعة مـن الفقـرات ومجموع الفقرات في هذا المقياس (22) فقرة بواقع (13) فقرة موجبة و (9) فقرات سالبة، وأرقام الفقرات السالبة هي (21-20-16-15-7-6-5-3-1) : وبـاقي الفقرات تعد موجبة، وأمام كل فقرة أربع فئات استجابة(دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً) يختار المفحوص منها ما يناسب حالته.

تصحيح المقياس:

يتألف المقياس من (22) فقرة، بواقع (13) فقرة موجبة و(9) فقرات سالبة، وبعد الانتهاء من عملية التطبيق للمقياس على عينة الدراسـة، يـصحح المقيـاس بإعطاء قيم رقمية لسلم التدرج للفقرات الموجبة (دائماً) تأخذ(4) درجات، وغالبـاً تأخذ(3)، وأحيانا تأخذ(2) ، ونادرا تأخذ(1)، وتعكس هذه القيم للفقرات الـسالبة،

وبذلك فإن الدرجة الكلية للطالب تساوي مجموع درجاته على جميع الفقرات، حيث تتراوح قيمها في المدى (88-22) وتعتبر الدرجة التي يحصل عليها من يستجيب للمقياس تقديراً لدرجة أو مستوى امتلاكه لسمة الثقة بالنفس.

صدق المقياس:

قام كل من(قواسمه والفرح، 1996) بالتحقق من صدق المقياس باستخدام صدق البناء الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط الأداء على الفقرة مع الأداء على المقياس لفقرات المقياس كمؤشر من مؤشرات دلالات صدق المقياس.

إن قيم معاملات ارتباط الفقرة مع المقياس تراوحت بين القيمتين(0.28و0.49) عند عينة الدراسة، وبين القيمتين(0.28 و0.49) عند الذكور، وبين القيمتين (0.28 و 0.49) عند الإناث وهي القيم المؤشرة لقيم معاملات تمييز الفقرات .

كما قام الباحث للتحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على ثمانية من أساتذة الجامعات المتخصصين في علم النفس في جامعة الحدود الشمالية وجامعة أم القرى، وتم الأخذ بآرائهم وتعديلاتهم على فقرات المقياس وذلك بنسبة اتفاق لا تقل عن (80%) حيث لم يتم حذف أية فقرة.

ثبات المقياس:

قام كل من(قواسمه والفرح، 1996) بحساب قيمة معامل ثبات كرونباخ ألفا للمقياس، حيث بلغت قيمته عند عينة الدراسة (0.83) وعند عينة الذكور (0.83) وعند عينة الإناث (0.83) كما أن قيمة معامل الثبات عن طريق الإعادة وتطبيق المقياس مرتين بفاصل زمني مساوٍ لثلاثة أسابيع، بلغت (0.84) من خلال تطبيق المقياس على عينة مستقلة مأخوذة عشوائياً من مجتمع الدراسة بواقع (80) طالباً وطالبة.

وقام الباحث للتأكد من ثبات المقياس باستخدام ثبات الإعادة حيث تم تطبيق المقياس على (35) طالباً تم اختيارهم عشوائياً من داخل مجتمع الدراسة ومن خارج عينة الدراسة، ثم أعيد تطبيق المقياس على الطلاب أنفسهم مرة ثانية بعد

أسبوعين من التطبيق الأول، ثم حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلاب في المرتين فكان معامل الارتباط المحسوب بهذه الطريقة(0.76).

ثانياً: مركز الضبط لروتر المعرب

وصف المقياس

قام بتعريبه وتقنينه (برهوم، 1979) في الجامعة الأردنية، تألف المقياس فـي صورته الأصلية من (29) فقرة مزدوجة تقيس الضبط الداخلي والخارجي إضافة إلى ست فقرات منها وضعت للتمويه، ويتطلب الإجابة على هذا المقياس أن يقـرأ المفحوص زوج الجمل التي تحتوي عليها كل فقرة، ثم يضع دائرة حـول رمـز العبارة التي وافق عليها من تلك الفقرات، وتعتبر الفقرات في هذا المقياس من نوع فقرات الإجابة الجبرية فيجب على المفحوص أن يـرجح موافقتـه علـى إحـدى العبارتين فقط في الفقرة الواحدة، ولو لم يكن يوافق على هاتين العبارتين، أو يوافق عليهما معاً، ومدى المقياس يصنف على النحو الآتي : من صفر إلى ست درجات وهم ذوو ضبط داخلي، ومن عشر درجات إلى ثلاث وعشرين درجة ذوو ضـبط خارجي ومن سبع درجات إلى تسع درجات محايدين(انتقاليين).

تصحيح المقياس:

يتكون المقياس من (29) فقرة، لكل فقرة من الفقـرات إجابتـان، وعلـى المفحوص أن يختار إجابة واحدة إجبارياً، حيث ويحصل على درجـة واحـدة أو يحصل على صفر حسب مفتاح التصحيح المرفق في الملاحق، وبعد جمع الدرجات لكل مفحوص؛ فمن يكون مدى درجته مابين (6-0) يكون مركز ضبطه داخلي، ومن يكون مدى درجته مابين (9-7) يكون محايداً(انتقالي)، ومن يحصل على على مدى بين (23- 10) يكون ضبطه خارجياً.

صدق المقياس

أشارت العديد من الدراسات التي أُجريت على مقياس روتر لمركز الـضبط على أنه يتمتع بصدق عالٍ ومن هذه الدراسات دراسة (برهو، 1979)، ودراسـة (سرحان، 1996)، وكذلك (الشافعي، 1998)، وكل هذه الدراسات أشارت إلى أنه يتمتع بصدق عالٍ.

وقام الباحث للتحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المحكمين حيث تم عرض المقياس على ثمانية من أساتذة جامعة الحدود الشمالية، وجامعة أم القرى المتخصصين في علم النفس، وتم الأخذ بآرائهم وتعديلاتهم على فقرات المقياس وذلك بنسبة اتفاق لا تقل عن (80%)حيث لم يتم حذف أية فقرة.

ثبات المقياس

من حيث ثبات المقياس بالصورة الأمريكية قام (روتر، 1966) باستخراج دلالات ثبات المقياس من خلال قيامه بدراسات متعددة توصل إلى معامل ارتباط للذكور (0.65) وللإناث (0.79) ولكامل العينة. (0.73). وقام الباحث للتأكد من ثبات المقياس بطريقتين الأولى: باستخدام ثبات الإعادة حيث تم تطبيق المقياس على (36) طالباً تم اختيارهم عشوائياً من داخل مجتمع الدراسة ولم يتم اختيارهم ضمن عينة الدراسة، ثم أعيد تطبيق المقياس على الطلاب أنفسهم مرة ثانية بعد أسبوعين من التطبيق الأول، ثم حسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة في المرتين، فكان معامل الارتباط المحسوب بهذه الطريقة (0.72) وتعد هذه القيمة معامل ثبات مقبول لمثل هذا النوع من المقاييس.

4.3 إجراءات تطبيق الدراسة:

1- قام الباحث بالحصول على مقياسي مركز الضبط والثقة بالنفس والتأكد من دلالات صدقهما وثباتهما.
2- تطبيق المقاييس المستخدمة في الدراسة على عينه من الطلبة داخل صفوفهم وبحضور الباحث لتوزيع الاستبيانات وللإجابة عن استفسارات الطلبة فيما يخص فقرات المقاييس المستخدمة في الدراسة، وتوضيح الهدف من الدراسة وان إجابات الطلبة سوف تعامل بسرية تامة وان هذه المعلومات سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي.
3- تم الحصول على علامات الطلاب في نهاية الفصل الاول لقياس التحصيل.
4- تفريغ البيانات على برنامج التحليل الإحصائي (spss)واستخراج النتائج ومناقشتها للخروج بالتوصيات المناسبة.

5.3 المعالجات الإحصائية

للإجابة على أسئلة الدراسة تم استخدام ما يلي-:

1- للإجابة عن السؤال الأول :تم استخدام التكرارات، والنسب المئوية.

2- للإجابة عن السؤال الثاني والثالث :تم استخدام الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار(ت) للعينات المستقلة.

3- للإجابة عن السؤال الرابع : تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

4- للإجابة عن السؤال الخامس : تم استخدام تحليل تبـاين الانحـدار، ومعادلـة الانحدار.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها والتوصيات

1.4 عرض نتائج الدراسة

1.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مركز الضبط لدى الطلاب المتفوقين والعاديين؟

للإجابة عن سؤال الدراسة تم حساب الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات، والنسب المئوية لكل من مركز الضبط الداخلي/الخارجي، والجدول(2) يبين ذلك:

جدول (2)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات النسب المئوية لذوي مركز الضبط الداخلي الخارجي من الطلاب المتفوقين دراسياً والطلاب العاديين

نوع مركز الضبط	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التكرارات	النسبة المئوية
داخلي	4.91	1.54	48	13.6 %
خارجي	12.18	2.05	213	60.5 %
محايد	8.11	0.82	91	25.9 %
المجموع	10.84	3.74	352	100%

يلاحظ من الجدول رقم (2) بأن أغلب الطلاب من ذوي مركز الضبط الخارجي حيث شكلت نسبتهم(60.5%)، كما ويلاحظ بأن الوسط الحسابي لذوي الضبط الداخلي بلغ (4.91) ولذوي الضبط الخارجي بلغ (12.18)، في حين بلغ الوسط الحسابي الكلي.(10.84).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول

أشارت النتائج إلى أن غالبية الطلاب هم من ذوي مركز الضبط الخارجي ,وقد يعزى ذلك إلى طبيعة ما يعيشه الطلاب في المدارس السعودية من ظروف بيئيـة؛ حيث تتطلب الحياة الاعتماد على الغير، بالإضافة إلى تجانس هذا المجتمع من حيث إمكانات الطلاب المادية والاقتصادية والاجتماعية، والتقارب الثقافي، خاصة فيمـا يتعلق بالمعتقدات، والإيمان بالقدر والصدفة في الوصول إلى الأهـداف، وتحقيـق النجاح؛ ولعل من الأسباب أيضاً الشعور بعدم الدافعية ، والاعتقاد بصعوبة المهمات التي يواجهونها

2.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني :هل تختلف درجة الثقة بالنفس بين الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين؟

للإجابة على سؤال الدراسة تم حساب الأوسـاط الحـسابية والانحرافـات المعيارية، والجدول **(3)**يبين ذلك**:**

جدول (3)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للثقة بالنفس

لدى الطلبة المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين

الطلبة	العدد	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
المتفوقون	138	61.26	10.00	4.26	000
العاديون	214	56.49	10.39		
المجموع	352	58.36	10.48		

يلاحظ من الجدول رقم (3)أن درجة الثقة لـدى الطـلاب بلغـت (58.36) ووجود فروق دالة إحصائيا في درجة الثقة بالنفس بين الطلاب المتفوقين دراسـياً والعاديين. ومن خلال الجدول (3) يتبين أن هذه الفروق تعود لـصالح الطـلاب المتفوقين, أي أن الطلاب المتفوقين أكثر ثقة بالنفس من الطلاب العاديين حيث بلغ

الوسط الحسابي لدرجة الثقة لدى الطلاب المتفوقين (61.26)في حين بلـغ لـدى الطلاب العاديين (56.49).

3.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث :هل تختلف درجة مركز الضبط الخـارجي بين الطلاب المتفوقين دراسياً العاديين؟

للإجابة على سؤال الدراسة تم حـساب الأوسـاط الحـسابية والانحرافـات المعيارية، والجدول **(4)**يبين ذلك**:**

جدول(4)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمركز الضبط

لدى الطلبة المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين

الطلبة	العدد	الأوساط الحسابية	الانحرافات المعيارية	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
المتفوقون	138	8.87	3.44	-6.20	000
العاديون	214	10.95	2.78		
المجموع	352	10.14	3.22		

يلاحظ من الجدول رقم (4) أن درجة مركز الضبط لدى الطلاب بلغت (10.14) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى مركز الضبط بين الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين، ومن خلال الجدول (4) يتبـين أن هذه الفروق تعود لصالح الطلبة العاديين، أي أن الطلبة العاديين أعلى في مركـز الضبط من الطلبة المتفوقين حيث بلغ الوسط الحسابي لدرجة الضبط لدى الطلبـة المتفوقين (8.87) وبلغ لدى الطلبة العاديين (10.95).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث

أشارت النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث إلى أن الطلبة المتفوقين ينخفض لديهم مستوى مركز الضبط الخارجي، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن هذه الفئة مـن الطلاب يتميزون بالمثابرة والفاعلية في تحسين أحوالهم، ويعزون ما قد يحدث لهم إلى جهدهم وكفاءتهم، كما أشارت النتائج إلى أن الطلاب العاديين يرتفع لديهم مركز الضبط، أي أن ضبطهم خارجيا، وقد يعزى السبب في ذلك إلى أن هذه الفئة مـن

الطلاب أقل مثابرة ويميلون إلى عزو ما قد يحدث لهـم إلـى الـصدفة والحـظ، ويتميزون بتدني المشاركة والإنتاجية(الزغول، 2006).

4.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع :هل هناك علاقـة ارتباطيـة ذات دلالـة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$)بين مركز الضبط الخارجي والثقة بالنفس لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين؟ للإجابة على سؤال الدراسـة تـم استخدام معامل ارتباط بيرسون وبلغت قيمته(-0.208), وهذه القيمة تشير إلى وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$)بين مركز الضبط والثقة بالنفس لدى الطلبة المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين.

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع

أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين مركز الـضبط والثقـة بالنفس لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلاب العاديين، أي انـه بزيـادة درجـة الضبط ينخفض مستوى الثقة , والعكس صحيح، وهذه النتيجة تشير إلى أن الطلبة ذوي مركز الضبط الداخلي أكثر ثقة بأنفسهم ,وقد يعود السبب في ذلـك إلـى أن ذوي مركز الضبط الداخلي يعزون أسباب نجاحهم أو فشلهم تعود إلـى ذواتهـم وقدراتهم وجهودهم وإرادتهم ومهاراتهم وتحكمهم في بيئتهم، حيث أنهم في هذا البعد يعتقدون بأنهم هم المسؤولون بشكل مباشر عن تصرفاتهم ونتائج أعمالهم، وأن ما يحققونه من نجاح أو يمنون به من فشل راجع إلى ما يبذلونه من جهـد ومثـابرة وإرادة وتصميم، أو إلى نقص فيها، وبالتالي يكونون أكثر ثقة بأنفسهم ,أما الطلاب ذوو مركز الضبط الخارجي فيعزون أسباب نجاحهم أو فشلهم إلى عوامـل فـوق طاقتهم، وخارجة عن إرادتهم، ولا دخل لهم فيها، وليس لهم سـيطرة عليهـا، أو التحكم بها، مثل الحظ والصدفة والقدر والنصيب والناس الآخرين، وبالتالي يكونون أقل ثقة بأنفسهم.

5.1.4 النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس :هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$)بين مركز الضبط والثقة بالنفس والتحصيل لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين؟

للإجابة على سؤال الدراسة تم استخدام تحليل تباين الانحدار المتعدد وذلـك باستخدام طريقة ,(Stepwise) وفي هذه الطريقة يتم إدخال المتغيرات المستقلة إلى معادلة الانحدار على خطوات ,بحيث يتم إدخال المتغيـر المـستقل ذي الارتبـاط الأقوى مع المتغير التابع شريطة أن يكون معامل الارتباط بينهمـا دالاً إحـصائياً) كشرط للدخول إلى معادلة الانحدار، ولذلك تم استخدام مصفوفة معاملات الارتباط بحساب معامل ارتباط بيرسون بين المتغير التابع)التحصيل (والمتغيرات المـستقلة، والجدول (5)يبين ذلك:

جدول رقم(5)

مصفوفة معاملات الارتباط بين مركز الضبط والثقة بالنفس والتحصيل لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين

	مركز الضبط	الثقة بالنفس	التحصيل
مركز الضبط	--	--	--
الثقة بالنفس	-.208**	--	--
التحصيل	-.282**	.200**	--

**تعني دالة إحصائيا عند مستوى($\alpha \leq 0.01$)

يلاحظ من خلال الجدول (5) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عنـد مستوى ($\alpha \leq 0.01$) وبلغ أعلى معامل ارتباط بين مركز الضبط والتحصيل حيـث كان عكسياً، وبلغ (0.282-)أي أنه بارتفاع درجة الضبط ينخفض التحصيل .وبين مركز الضبط والثقة بالنفس فبلغ (0.208-)، حيث كانت العلاقة بينهمـا عكـسية ودالة إحصائيا، أي أنه بارتفاع درجة الضبط تنخفض الثقة بالنفس. وكان معامـل الارتباط بين الثقة بالنفس والتحصيل ايجابيا وبلغ (0.200) ويلاحـظ أن متغيـر

مركز الضبط قد حقق معامل الارتباط الأعلى مع التحصيل، والجدول (6) يبـين تحليل الانحدار:

جدول(6)

تحليل الأنحدار المتعدد لأثر مركز الضبط والثقة بالنفس في التحصيل لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والطلبة العاديين

المتغير	R	R²	FR²	αR²	□R²	F□R²	α□R²	b	B
مركز الضبط	.282	.079	30.204	0	--	--	--	0.591	-.282
الثقة بالنفس	.317	.100	19.461	0	0.021	8.38	0.005	0.095	.148
الثابت	84.396								

يلاحظ من خلال الجدول (6)أن مركز الضبط قد فسر ما نسبته (7.9%)من التباين في التحصيل، وأن قيمة F تساوي (30.204) وهذه القيمة ذات دلالة إحصائية، ويلاحظ أيضا أن المتغيرين مركز الضبط والثقة بالنفس قد فسرا مجتمعين مانسبته (10%) من التباين في التحصيل حيث كانت قيمة F تساوي (19.461).

مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس

أولا -:أشارت النتائج إلى وجود علاقة عكسية بين مركز الضبط والتحـصيل، أي أن ذوي مركز الضبط الداخلي أفضل تحصيلاً من ذوي الضبط الخارجي، ووجود علاقة سلبية قد يعزى إلى الخبرات الجديدة التي يعيشها الطالب في هذه المرحلـة حيث أنها تمثل مرحلة المراهقة والبلوغ، وقد يعزى ذلـك إلـى أن ذوي الـضبط الداخلي يتصفون بقدرات أكثر على المستوى العقلي من حيث استخدام المعلومـات وتحليلها، كما لديهم دافعية في تنفيذ النشاطات، يضاف إلى ذلك حاجتهم إلى رفـع الدافعية من أجل أداء أكاديمي أفضل، كما أن اختلاف الأفراد في إدراك العلاقة بين الأسباب، والنتائج ينعكس على أنماط السلوك؛ وبالتالي فإن الأفـراد ذوي مركـز الضبط الداخلي يحملون أنفسهم مسؤوليات أعمالهم سواء أكان في النجاح، أم الفشل .

ثانيا: أشارت النتائج إلى وجود علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس والتحصيل، أي أنه كلما ازدادت الثقة بالنفس ارتفع التحصيل، وقد يعود السبب في ذلك إلى أن الثقـة بالنفس تتمركز حول اتجاه الفرد نحو كفايته النفسية والاجتماعية، ويؤدي الإحساس بالكفاية النفسية والاجتماعية إلى شعور الفرد بالأمن النفسي والاجتماعي في مواقف الحياة المختلفة، مما يجعله قادرا على تحقيق حاجاته، ومواجهة متطلبات الحيـاة، وحل مشكلاته، وبلوغ أهدافه. فالثقة بالنفس تعتبر معوقاً أساسياً لعملية التعلم ومـا يتبعها، حيث ترسخ لدى الطالب اعتقاده بأنه غير قادر على عمل شيء ما، وهو في الحقيقة قادر على الأداء والإنجاز بالشكل المطلوب، وهذا ينعكس على التحـصيل الأكاديمي للطالب. وقد اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة سليبر ونجرو (Sleeper & Nigro, 1987) ودراسة(علام، 1978).

2.4 التوصيات

1- وضع برامج بهدف رفع مستوى الثقة لدى الطلبة في المراحل التعليمية المختلفة.

2- الاستفادة من مقياس مركز الضبط لروتر؛ لمعرفة توجهات الطلبة سواء أكانت الداخلية أم الخارجية، من أجل استخدام أفضل الأساليب للتعامل معهم.

3- إجراء المزيد من الدراسات حول علاقة كل من مركز الضبط والثقة بالنفس مع متغيرات أخرى، بغية التعرف على تلك العلاقات والاستفادة منها.

المراجع

أ- المراجع العربية:

أبو الحجاج، يوسف (2007). **أغرب الطرق للتعرف على الشخصية**. دار الكتاب العربي، دمشق _ القاهرة.

أبو علام، العادل محمد (1978). **قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الدراسة الثانوية والجامعية**. الكويت، مؤسسة على جراح الصباح.

أسعد، يوسف ميخائيل (1989) .**الثقة بالنفس**. دار نهضة مصر، القاهرة.

بني خالد، محمد سليمان (2009). مركز الضبط وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت. **مجلة الجامعة الإسلامية** (سلسلة الدراسات الإنسانية)، المجلد السابع عشر، العدد الثاني، 512-491

جبريل، موسى (1996). العلاقة بين مركز الضبط وكل من التحصيل الدراسي والتكيف النفسي لدى المراهقين. **مجلة دراسات**، المجلد(23)، العدد الثاني، 358 – 378.

الحباشنة، فادية عبد الرزاق .(1999) .**الهوية النفسية وتوافقها مع مركز الضبط لدى طلبة جامعة مؤتة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الكرك،الأردن.

حبيب، مجدي عبد الكريم (1990) .**اختبار مركز التحكم عند الأطفال**. كراسة التعليمات، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.

حمود، محمد الشيخ (2000) .تقديرات الذات في السلوك الدراسي لدى تلامذة المرحلة الابتدائية وعلاقته ببعض المتغيرات. **المجلة العربية للتربية**، المجلد عشرون، العدد الثاني، ص 123-147.

الخطيب، هشام، والزيادي، أحمد محمد (2001) .**الصحة النفسية للطفل**. الدار العلمية الدولية ودار الثقافة، عمان، الأردن.

خاف ا ، سليمان (1998) .**الحوار وبناء شخصية الطفل**. الرياض، مكتبة العبيكان، الطبعة الأولى.

خيرا ، سيد (1981). **مفهوم الذات" أسسه النظرية والتطبيقيـة"**. دار النهـضة العربية، بيروت.

دروزة، أفنان نظير (1987). دراسة في دافعية السلوك، مركـز الـضبط وعلاقتـه بالتحصيل الأكاديمي للطالب، جنسه، وتخصصه. **مجلة النجـاح للأبحـاث،** جامعة النجاح الوطنية ، المجلد8، العدد 15، ص 15-1.

رايان، أم جيه (2006) .**الثقة بنفسك.** إصدارات مكتبة جرير، جدة ،المملكة العربية السعودية.

روس، هيلين (1986). **مخاوف الأطفال**. ترجمة، خيري، السيد محمد، مكتبة النهضة المصرية، عالم الكتب، الطبعة الأولى، القاهرة.

الزبيدي، سالم عبدا (2009). **تقدير الذات ووجهة الضبط لدى الطلاب المحرومين وغير المحرومين من الوالدين بالمرحلة المتوسطة بحافظة الليـث.** رسـالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

الزغول، عماد عبد الرحيم (2006)**. نظريات التعلم**. دار الشروق، الطبعة الثانيـة، عمان، الأردن.

الزغول، عماد عبدالرحيم (2010). **مبادئ علم النفس التربوي**. (ط10)، دار الكتاب الجامعي، الإمارات العربية المتحدة .

زكري، نوال محمد .(2008). **ما وراء الذاكرة واستراتيجيات التذكر ووجهة الضبط لدى عينة من الطالبات المتفوقات دراسياً والعاديات في كلية التربية بجازان.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

زهران، محمد حامد (2000) .**الإرشاد النفسي المصغر للتعامـل مـع المـشكلات الدراسية.** عالم الكتب، الطبع الأولى، القاهرة.

الزهراني، أحمد بن خميس سعيد (1989). **وجهة الضبط ومفهوم الذات وعلاقتهمـا بالتحصيل الدراسي لدى طلاب الثانوية المطورة في المنطقة الغربية بالمملكة العربية السعودية.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربيـة ، جامعـة أم القرى، مكة المكرمة.

سالم، محمد عبد السلام (2002). الفروق في بعض متغيرات الدافعية لـدى طـلاب الجامعة من الفائقين والعاديين والمتفوقين ذوي صعوبات الإنجاز الأكـاديمي، **مجلة دراسات تربوية اجتماعية.** المجلد 8 ، العدد. 55-11 : 4

سرحان، عبير إبراهيم (1996). **العلاقة بين مركز الضبط ومفهوم الـذات.** رسـالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الشافعي، فداء سالم محمد (1998). **علاقة مركز الضبط بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة النجاح الوطنية بنابلس بالضفة الغربية.** رسالة ماجـستير غيـر منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

الشجراوي، صباح صالح (2005) .**أساليب الضبط الاجتماعي وعلاقتهـا بمفهـوم الذات ومركز الضبط عند طلبة المرحلة الأساسية في المـدارس الأردنيـة،** عمان العربية، رسالة دكتورا غير منشورة، جامعة عمان العربية، الأردن.

صادق، آمال؛ وأبو حطب، فؤاد (1995) .**نمو الإنسان في مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين،** مكتبة الانجلو المصرية، الطبعة الثالثة ،القاهرة .

العالم، سمر صلاح محمد (1999). **العلاقة بين مركز الـضبط لـدى معلـم اللغـة الانجليزية والتحصيل الأكاديمي لطلبة الصف العاشر محافظة نابلس.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية .نابلس، فلسطين.

عباس، فيصل (1982) .**الشخصية في ضوء التحليل النفسي، دار المسيرة**، بيروت .

العبيد، محمد الثلجي (1995) .**الثقة بالنفس لدى طلبة المدارس الحكومية في منطقة إربد التعليمية وعلاقتها ببعض المتغيرات.** رسالة ماجستير غيـر منـشورة، عمان، الجامعة الأردنية .

عدس، عبد الرحمن؛ وتوق، محيي الدين (1997) .**المدخل إلى علم النفس.** دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الطبعة الرابعة، عمان، الأردن .

عدس، محمد عبد الرحيم (2000) .**تربية المـراهقين.** دار الفكر،الطبعـة الأولـى، عمان .

العريفي، ناديا محمد (1416) .**الأسرة وبرمجة التفكير الإيجابي لدى الطفل.** دراسة نفسية تربوية، الظهران، المملكة العربية السعودية.

العظماوي، إبراهيم (1988). **معالم سيكولوجية الطفولة والفتـوة والـشباب**. دار الشؤون الثقافية العام، بغداد .

علاونة، شفيق فلاح (2009). **سيكولوجية التطور الإنساني من الطفولة إلى الرشد،** دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

العنزي، سعود شايش(2003) . **الثقة بالنفس ودافع الإنجاز لدى الطلاب المتفوقين دراسياً والعاديين في المرحلة المتوسطة بمدينة عرعر.** رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة .

العنزي، فريح عويد (2001) .المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل، **مجلة العلوم الاجتماعية،** جامعة الكويت،المجلد 29، العدد الثالث، ص 29-45.

عوض، عبد التواب أبو علاء (1998). **المسؤولية الاجتماعية وعلاقتهما بكل مـن الأساليب المعرفية ومركز الضبط.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أسيوط.

الغامدي، صالح يحى الجارا .(2009). **اضطرابات الكلام وعلاقتها بالثقة بالنفس وتقدير الذات لدى عينة من طلاب المرحلة المتوسطة.** رسالة دكتوراه غيـر منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

قطامي، يوسف محمود (1994). الضبط الداخلي لدى طلبة الـصفوف الأساسـية، **البلقاء للبحوث والدراسات،** جامعة عمان، المجلد 2،العدد . 97 -45 : 2

القواسمة، أحمد؛ والفرح، عدنان (1996). **المجلة للتربية.** المجلد السادس عـشر، العدد الثاني.

القوصي، عبد العزيز (1981). **تطوير مقياس الثقة بالنفس أسس الصحة النفسية،** المكتب الجامعي الحديث، الأسكندرية، مصر.

لاحق، عبد ا محمد (2005). **الثقة بالنفس وعلاقتها ببعض السمات المزاجية لدى عينة من الأحداث الجانحين وغير الجانحين بمنطقة مكة المكرمـة،** رسـالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

محمود، حمدي شاكر (1998). **مباديء علم نفس النمو في الإسلام.** دار الأنـدلس للنشر والتوزيع، الطبعة الثانية، حائل، المملكة العربية السعودية.

ناصيف، نجاح عبد الرحيم (1993). **النمو الاجتماعي والثقة بالنفس لدى الأطفـال المحرومين من الوالدين والأطفال العاديين.** رسالة ماجستير غير منـشورة، جامعة الملك سعود، الرياض المملكة العربية السعودية.

النيال، مايسة أحمد (1993). مصدر الضبط وعلاقته بكل مـن الأنـا والعـصابية والانبساط لدى عينة من طلبة وطالبات الجامعة بدولة قطـر، **حوليـة كليـة التربية،** جامعة قطر، العدد العاشر، 569- 539.

الهابط، محمد السيد (1987). **دعائم صحة الفرد النفسية،** المكتب الجامعي الحديث، الأسكندرية، مصر.

يونس، انتصار (1988). **سيكولوجية النمو والشخـصية،** دار المعـارف للنـشر، القاهرة، مصر .

ب - المراجع الأجنبية

Angell, Marion. D (1991). A Program To Develop Through logo the Computer Self**- confidence of seventh garde low**- achieving girls . M.S. Practicum. Nova University

Bunker, Linda-K (1991)."The role of play and motor skill development in building children's self-cofidence and self-esteem **.Elementary school journal,** Vol. 91 N .5 p. 467 – 471

Michael, Immerman (1994) **An Examination of the Locus of construct with American Indians from the South Western United State**, (ERIC Document Reproduction Servis No. D,23

Pauly, susan (1992).women,s literature and the novice reader, fostering critical self- confidenee in the under prepared student . **feminist teache**, Vol. 6N. 2P. 24-39.

Sleeper, Lynn-A, Nigro Georgia-N (1987). It is not who you are but who you're with self confidence in achievement settings**. Sex roles** .V16. N.1-2. P57-69.

ملحق رقم (أ)

مقياس الثقة بالنفس

بسم ا   الرحمن الرحيم

مقياس الثقة بالنفس

اسم الطالب/

(اختياري)...................................العمر................

الصف/.............................

المدرسة/..........................

التقدير العام للعام الدراسي 1429 /1430 ....

تعليمات:

أخي الطالب:

السلام عليكم ورحمة ا وبركاته

فيما يلي عدد من العبارات التي يمكن أن يشعر بها أي منّا في مواقف الحياة المختلفة وسوف تجد بعد كل عبارة أربع خانات : نادرا، أحيانا، غالبا، دائما.

نرجو منك أن تقرأ كل عبارة من هذه العبارات بدقة، ثم توضح مدى انطباقها عليك بوضع علامة(√) تحت الخانة المناسبة (دائما أو غالبا أو أحيانا أو نادرا) بحيث تعبرعما تشعر به فعلاً.

- شكراً لتعاونكم معنا، وتأكد أن المعلومات التي تكتبها في هذه الاستمارة سوف تحفظ في سرية تامة، ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي.

- لاتوجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فقط عبر عن المعنى الذي يناسبك.

- لاتترك أي عبارة دون إجابة

شكراً لتعاونكم وتجاوبكم

الباحث

زويد عقايل مناع السويلمي

الفقرات

م	الفــقــرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
1	أجد صعوبة التعب عما يدور اطري.				

2	لدي القدرة على اختيار الكلمات ا ناسـبة عنـد التحدث موضوع ما.				
3	يضطرب صو عند التحدث أمام موعة من الأفراد.				
4	أتكلم بطلاقة تامة عند التحدث مع الآخرين.				
5	تر ف أطرا عند التحدث أمام موعة مـن الأفراد.				
6	أحس بضيق التنفس ا واقف العامة.				
7	تزداد دقات قل عند مقابلة أشخاص جدد.				
8	أع عن رأيي بسهولة تامة.				
9	أمتلك القدرة الكافية للدفاع عن حقوقي.				
10	أعتمد على نفسي حل مشاكلي.				
11	أعمل جاهداً من أجل قيق أهدا .				
12	أ كن من قيق أهدا ال أحددها.				
13	لا أجد صعوبة بناء علاقا الاجتماعية.				
14	أ نب مشاركة الآخرين كث من النشاطات الاجتماعية.				
15	الأماكن العامة أفضل ا لوس بعيـداً عـن الآخرين				
16	أتصرف رية تامة تلف ا واقف.				
17	أُع عما يدور اطري دون خجل.				
18	أناقش الآخرين رأة.				
19	أتردد عند إ از لأي عمل.				
20	أخشى الفشل عند القيام بعمل ما.				
21	أواجه ا واقف الطارئة بثبات دون انفعال.				

الملحق (ب)

مفتاح التصحيح لمقياس الثقة بالنفس

الملحق (ب)

مفتاح التصحيح لمقياس الثقة بالنفس

م	الفـ ـقـ ـرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً
1	أجد صعوبة في التعبير عما يدور بخاطري.	1	2	3	4
2	لدي القدرة على اختيار الكلمات المناسبة عند التحدث في موضوع ما.	4	3	2	1
3	يضطرب صوتي عند التحدث أمام مجموعة من الأفراد.	1	2	3	4
4	أتكلم بطلاقة تامة عند التحدث مع الآخرين.	4	3	2	1
5	ترتجف أطرافي عند التحدث أمام مجموعة من الأفراد.	1	2	3	4
6	أحس بضيق في التنفس في المواقف العامة.	1	2	3	4
7	تزداد دقات قلبي عند مقابلة أشخاص جدد.	1	2	3	4
8	أعبر عن رأيي بسهولة تامة.	4	3	2	1
9	أمتلك القدرة الكافية للدفاع عن حقوقي.	4	3	2	1
10	أعتمد على نفسي في حل مشاكلي.	4	3	2	1
11	أعمل جاهداً من أجل تحقيق أهدافي.	4	3	2	1
12	أتمكن من تحقيق أهدافي التي أحددها.	4	3	2	1
13	لا أجد صعوبة في بناء علاقاتي الاجتماعية.	4	3	2	1
14	أتجنب مشاركة الآخرين في كثير من النشاطات الاجتماعية.	1	2	3	4
15	في الأماكن العامة أفضل الجلوس بعيداً عن الآخرين	1	2	3	4
16	أتصرف بحرية تامة في مختلف المواقف.	4	3	2	1
17	ُأعبر عما يدور بخاطري دون خجل.	4	3	2	1
18	أناقش الآخرين بجرأة.	4	3	2	1
19	أتردد عند إنجاز لأي عمل.	1	2	3	4
20	أخشى الفشل عند القيام بعمل ما.	1	2	3	4
21	أواجه المواقف الطارئة بثبات دون انفعال.	4	3	2	1

الملحق (ج)

مقياس مركز الضبط الخارجي

الملحق (ج)

مقياس مركز الضبط

بسم ا الرحمن الرحيم

اسم الطالب/

(اختياري).....................................العمر................

الصف/.............................

المدرسة/...........................

التقدير العام للعام الدراسي 1429 /1430 ....

تعليمات:

أخي الطالب:

السلام عليكم ورحمة ا وبركاته

بين يديك استبانه تهدف إلى الكشف عن الطريقة التي تؤثر بها بعض الأحداث الهامة على الناس بمختلف أنواعها، وتتكون كل فقرة من عبارتين أشير لهما بالرمزين(أ،ب).

أرجو عند الإجابة على كل فقرة من الفقرات أن تختار إحدى العبارتين والتي تعتقد أنها تنطبق عليك أكثر من الأخرى، وأن تضع دائرة حول الرمز المناسب الموجود أمام العبارة التي تختارها، علماً بأنه لا يوجد صح أو خطأ في جميع إجاباتك، وأن الاستبانات لا تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

ملحوظة مهمة جداً

لا تترك أي سؤال دون إجابة. شاكرين تعاونكم

الباحث

زويد بن عقايل مناع السويلمي

الفقرات

1. أ- يقع الأطفال في مشاكل لأن إبائهم يعاقبونهم كثيرا.

ب - مشكلة كثير من الأطفال هذه الأيام هي أن أبائهم يتساهلون معهم كثيرا.

---

2. أ- يعود الكثير مما يصيب الناس من تعاسة جزئيا إلى حظهم السيء.

ب - يعود سوء طالع الناس إلى الأخطاء التي يرتكبونها.

---

3. أ- أحد أسباب الحروب الموجودة بيننا هي أننا غير مهتمين بشكل كاف بالسياسة.

ب - لابد من شن الحروب مهما بذل الناس من جهد لمنعها.

---

4. أ- في نهاية المطاف يحصل الناس على الاحترام الذي يستحقونه في هذا العالم.

ب - لسوء الحظ غالبا ما تمضي حياة الفرد دون أن يقدر قيمته أحد مهما بذل من جهد.

---

5. أ- إن فكرة عدم عدالة المعلمين تجاه الطلبة لا أساس لها.

ب- غالبية الطلبة لا يدركون مدى تأثر علاماتهم بعوامل الصدفة.

---

6. أ- بدون الحظوظ السعيدة المناسبة لا يستطيع الإنسان أن يكون قائدا فعالا.

ب - الأشخاص القديرون الذين فشلوا في أن يكونوا قاد ة لم ينتهزوا الفرص التي أتيحت لهم.

---

7. أ- مهما بذلت من جهد فإن بعض الناس لن يحبوك.

ب - الذين لا يستطيعون جعل الآخرين يحبونهم لا يفهمون كيف ينسجمون مع الآخرين.

---

8. أ- تلعب الوراثة الدور الأساسي في تحديد شخصية الإنسان.

ب- إن خبرات الشخص في الحياة هي التي تحدد ما هو عليه.

---

9. أ- غالبا ما اكتشف أنه ما سوف يحصل يحصل فعلا.

ب - الإيمان بالقدر لم يسفر عن ما فيه مصلحتي مثل اتخاذي قرار في القيام بخطة للعمل.

---

10. أ- بالنسبة للطالب المستعد استعدادا حسنا نادرا ما يوجد شيء اسمه اختبار غير عادل.

ب - في كثير من الأحيان لا تكون أسئلة الامتحان ذات علاقة بالماد ة بحيث تصبح الدارسة في الواقع غير مفيدة.

---

11. أ- يعتمد النجاح على العمل الجاد ولا دخل للحظ به إلا نادرا.

ب - الحصول على وظيفة جيدة يعتمد بشكل أساسي علـى وجـود الفـرد فـي المكـان المناسب ، وفي الوقت المناسب.

12. أ- يستطيع الطالب أن يؤثر بشكل ما على قرارات إدارة المدرسية.
ب - يسيطر المديرون والمعلمون على المدرسة ولا يستطيع الطالب أن يفعل شيئا إزاء ذلك.

13. أ- عندما أقوم بوضع الخطط فإنني غالبا ما أكون على يقين بقدرتي على تنفيذها.
ب - ليس من الحكمة أن نخطط للمستقبل البعيد لأن كثيرا من الأشياء يتحكم بها الحظ الجيد أو الحظ السيء على أي حال.

14. أ- هناك بعض الناس الذين هم سيئون.
ب - هناك شيء طيب في كل إنسان تقريبا.

15. أ- بالنسبة لي فإن ما أسعى للحصول عليه لا علاقة له بالحظ.
ب- لا بأس في كثير من الأحيان أن يكون قرارنا على أساس الوجه الذي يظهـر عند رمي قطعة نقود في الهواء.

16. أ- من يصل إلى مركز عال هو في الغالب ذلك الشخص الذي خدمه الحظ فـي أن يصل إليه قبل غيره.
ب - لكي يقوم الناس بعملهم على الوجه الصحيح لابد من وجود القدرة لديهم، حيث أن دور الحظ في ذلك يكون قليً لا أو معدوما.

17. أ- فيما يتعلق بمشكلات العالم فإن معظمنا ضحايا لقوى لا نستطيع أن نفهمهـا أو نسيطر عليها.
ب - يستطيع الناس عن طريق اشتراكهم النشط في الأمور السياسية والاجتماعية أن يسيطروا على الأحداث العالمية.

18. أ- غالبية الناس لا يدركون مدى سيطرة عوامل الصدفة علـى مجربـات حياتهم.
ب - في الحقيقة لا يوجد شيء اسمه" الحظ.

19. أ- على المرء أن يكون لديه الاستعداد الدائم للاعتراف بأخطائه.
ب - في العادة من الأفضل للشخص أن يخفي أخطاءه.

20 أ- من الصعب أن تعرف فيما إذا كان الشخص الآخر يحبك أم لا.
ب - يعتمد عدد الأصدقاء الذين لديك على كونك لطيفا (مع الآخرين).

21. أ - في نهاية المطاف الأشياء السيئة التي تحدث لنا توازيها الأشياء الحسنة.

ب - معظم المصائب هي نتائج النقص في القدرة، الجهل ، الكسل أوالأشـياء الثلاثـة جميعها.

22. أ- بالجهد الكافي نستطيع محو الكثير من الفساد السياسي.

ب - من الصعب على الناس أن تكون لهم سيطرة كبيرة على الأشياء التي يقوم بها السياسيون أثناء سلطتهم.

23. أ - أحيانا لا افهم كيف يتوصل المعلمون للعلامات التي يعطونها.

ب - هناك علاقة مباشرة بين الجهد الذي ابذله في الدراسة والعلامات التي أحصل عليها.

24. أ- القائد الجيد هو الذي يتوقع أن يقرر الناس لأنفسهم ما يجب أن يفعلوه

ب - القائد الجيد هو الذي يحدد لكل فرد الأعمال التي يقوم بها.

25 أ- في كثير من الأحيان أشعر أنني لا أستطيع السيطرة على الأشياء التي تحدث لي.

ب - يستحيل علي أن أقتنع أن الحظ أو الصدفة يلعبان دورا هاماً في حياتي.

26 . أ- يعزل الناس أنفسهم عن الآخرين لأنهم لا يحاولون كسب صدقاتهم.

ب- لا فائدة كبيرة ترجى من بذل الجهد أكثر مما يجب في كسب ود الآخـرين ، لأنهم إذا أرادوا أن يحبوك فهم يحبوك.

27 . أ- هناك مبالغة في التأكيد على الرياضة في المدارس الثانوية.

ب - أن مزاولة الرياضة ضمن فريق تعتبر طريقة ممتاز ة لبناء الشخصية.

28 . أ- ما يحصل لي هو نتيجة عملي.

ب - في بعض الأحيان أشعر بأنه ليست لدي السيطرة الكافية على الاتجاهات التي تسير فيها حياتي.

29. أ- في كثير من الأحيان لا أستطيع أن أفهم لماذا يتصرف المعلمون بالطريقة التي يتصرفون بها.

ب – في المدى البعيد الطلبة هم المسؤولون عن الأخطاء التي تقع في المدرسة0

الملحق(د)

مفتاح التصحيح لمقياس مركز الضبط الخارجي

ملحق (د)

مفتاح التصحيح لمقياس مركز الضبط

رقم الفقرة	الإجابة	رقم الفقرة	الإجابة	رقم الفقرة	الإجابة
1	**	11	ب	21	أ
2	أ	12	ب	22	ب
3	ب	13	ب	23	أ
4	ب	14	**	24	**
5	ب	15	ب	25	أ
6	أ	16	أ	26	ب
7	أ	17	أ	27	**
8	**	18	أ	28	ب
9	أ	19	**	29	أ
10	ب	20	أ		

** إجابات وضعت للتموية.

الملحق(هـ)

أسماء المحكمين

أسماء المحكمين

م	الاسم	الدرجة العلمية	ا امعة
1	تاج السر عبد ا	أستاذ مشارك	ا دود الشمالية
2	سعود بن شايش الع ي	أستاذ مساعد	طيبة
3	خالد بن ا ميدي الع ي	أستاذ مساعد	أم القرى
4	اد بن الطيار الع ي	أستاذ مساعد	أم القرى
5	نائل بن الأخرس	أستاذ مشارك	ا دود الشمالية
6	نايربن حجاج الع ي	أستاذ مساعد	أم القرى
7	ود ين الطيار الع ي	أستاذ مساعد	ا دود الشمالية
8	فايزبن سعد الع ي	اضر	إدارة التعليم
9	الطرفي بن عقلاء الع ي	بكالوريوس شريعة	ا عهد العلمي (مدقق لغوي)

معلومات شخصية

الاسم:عبدا   عياد الرويلي

الكلية:العلوم التربوية

التخصص: الأرشاد والتربية الخاصة

السنة: 2010

الهاتف النقال:**00966553396559**

البريد الإلكتروني:toyazid2010@hotmail.com

معلومات شخصية

الاسم: زويد بن عقايل مناع السويلمي

الكلية: العلوم التربوية

التخصص: علم النفس التربوي

السنة: 2010

الهاتف النقال:00966505386424

البريد الإلكتروني: zzaass@hotmail.com